



**Комитет по образованию
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Санкт-Петербургский технический колледж»**

ВСЕРОССИЙСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНКУРС «МОЙ ЛУЧШИЙ ПРОЕКТ»

**Проект развития волонтерского движения в колледже
по направлению «Мы вместе и мы выбираем жизнь»**

Авторы-исполнители работы:
Яковлев Артем Дмитриевич, студент 3 курса специальности
«Техническое обслуживание и ремонт автомобильного
транспорта»,
Клещев Руслан Сергеевич, студент 3 курса специальности
«Техническое обслуживание и ремонт автомобильного
транспорта»,
Никольская Кристина Рустемовна, студентка 4 курса
специальности «Гостиничный сервис»

Руководитель проекта:
Сурикова Яна Алексеевна, преподаватель, педагог-психолог

Санкт-Петербург, 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ПРОФИЛАКТИКА НАРКОЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ:ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ.....	4
ГЛАВА 2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА.....	11
ГЛАВА 3 ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА.....	15
ГЛАВА 4. ПРОЕКТ РАЗВИТИЯ ВОЛОНТЕРСКОГО ДВИЖЕНИЯ В КОЛЛЕДЖЕ ПО ПРОБЛЕМЕ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ.....	20
4.1. Проект р развития волонтерского движения в колледже.....	20
4.2. Программа обучения волонтеров.....	23
4.3. Примерный сценарий Дня волонтера.....	25
4.4. План проведения круглого стола со студентами на тему: «Стресс и способы борьбы с ним».....	27
4.5. Разработка занятия студентов колледжа со школьниками на тему «Я и мое здоровье»	31
4.6. Конкурс творческих и исследовательских работ «Мы за здоровый образ жизни» среди студентов колледжа.....	33
ГЛАВА 5. ПЕРВЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	37
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	39
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	40
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Фрагмент тренинга «Письмо».....	41
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Классный час для студентов 1 курса «Трудности роста».....	43
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Тренинговое занятие «Алгоритмы делового взаимодействия».....	50
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Занятие-игра «На что потратить жизнь».....	54
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Фото-материалы.....	68

ВВЕДЕНИЕ

Подростковый и юношеский возраст - трудный возраст. Заканчивается время безусловного послушания родителям, однако еще не всегда приходит понимание, что такое по-настоящему быть взрослым, еще не пришло время осознанного критического отношения к миру. Молодые люди легко поддаются дурному влиянию, поэтому так важно организовывать такую деятельность молодых людей, которая бы имела позитивную направленность и была ориентирована на формирование мотивации к здоровому образу жизни, формирование основ критического мышления.

Известно, что в профилактической работе наиболее эффективной работой является проведение занятий волонтерами. Так как общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное. При этом известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми. Особым образом организованное взаимодействие в группе при участии взрослого помогает подросткам осознать себя, свои ценности и сопоставить их с духовными и общественными ценностями, определить и сформировать свое отношение к творческой полноценной жизни человека как к цели, к которой надо стремиться. Именно поэтому мы считаем, что организация волонтерского движения в колледже по проблеме профилактики наркомании, которое бы объединило и студентов, и преподавателей, могло бы быть очень эффективным средством профилактики наркозависимости среди молодежи.

Цель работы – разработка мероприятий по развитию волонтерского движения в колледже по проблеме профилактики наркомании.

Задачи:

- 1) Рассмотреть теоретические основы профилактики наркомании среди молодежи.
- 2) Провести исследование психологических особенностей студентов 1 курса, выявить зоны риска.
- 3) Разработать проект развития волонтерского движения в колледже по проблеме профилактики наркомании.
- 4) Разработать и провести мероприятия в рамках проекта.
- 5) Проанализировать первичные результаты, сформулировать рекомендации по дальнейшей работе.

ГЛАВА 1. ПРОФИЛАКТИКА НАРКОЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

К сожалению, наркотики настолько коварны, что употребление их не проходит бесследно, а наступает тяжелая болезнь — наркомания.

Наркомания (в переводе с греч. *mania* — безумие, страсть, влечение) — это тяжелое заболевание, вызываемое злоупотреблением наркотиками.

Наркомания — это непреодолимое влечение к наркотику и ослабленный контроль за приемом наркотических веществ, несмотря на опасные последствия.

Основное проявление наркомании — приобретенная в результате злоупотребления наркотиков измененная реактивность к нему, что выражается в патологическом влечении к наркотику. До сих пор невозможно установить точные причины, почему у человека возникает пристрастие, что приводит людей к чрезмерному употреблению наркотических веществ. Кроме того, пристрастие внушает страх каждому человеку. Ведь любой может стать жертвой. Злоупотребление наркотическими веществами создает «репутацию» наркомана, изменяет его положение в обществе и снижает самооценку.

Наркотическая зависимость — это состояние человека, когда он постоянно думает о наркотиках, стремится получить их для определенных приятных ощущений или избавления от психического дискомфорта. Наркотики могут вызывать физическую и психологическую зависимости в различной степени.

Непреодолимое влечение связано с психологической, а иногда и физиологической зависимостью от наркотиков. Различают две привязанности:

1. Позитивную привязанность — приём наркотика для достижения приятного эффекта (эйфория, чувство бодрости, повышенное настроение)

2. Негативную привязанность — приём наркотика для того, чтобы избавиться от напряжения и плохого самочувствия. Физическая зависимость означает тягостные, и даже мучительные ощущения, болезненное состояние при перерыве в постоянном приёме наркотиков (то есть ломка). От этих ощущений временно избавляет возобновление приёма наркотиков.

Ради того, чтобы получить ощущение эйфории, наркоман идет на все. Он легко переступает границы морали, разрушает свою семью, становится преступником и даже убийцей. Личность больного наркотической зависимостью становится эгоцентричной, а тело истощается, в результате чего наркоман с невероятной скоростью «катится» к своей гибели.

Социально-психологическими факторами, способствующими развитию наркомании, являются:

1. Скука, безделье, масса свободного времени;
2. Наличие наркоманов или пьяниц в семье;
3. Импотенция, гомосексуализм;
4. Суицид родственника, друга;
5. Наличие физического недостатка (инвалидность);
6. Материальный «крах» в семье, безработица родителей;
7. Отставание в учебе, плохая память, не восприятие учебного материала в школе;
8. Неосведомленность родителей о жизни подростка, о его интересах, друзьях, о том, как он проводит свободное время;
9. Реже - бунт подростка против чрезмерной опеки со стороны родителей.

Злоупотребление наркотиками, известное с древнейших времен, сейчас распространилось в масштабе эпидемии. Ее распространение идет гораздо быстрее, чем принимаются меры по борьбе с этим страшным явлением. Поэтому немаловажное значение в современном обществе приобретает профилактика наркомании. Она подразумевает комплекс мер, предупреждающих появления наркомании.

Особую тревогу в обществе вызывает то, что наркотики начинают употреблять подростки. Предрасполагающими факторами к возникновению наркомании у подростков является нарушение взаимоотношений в семье. Неполная семья, безотцовщина, пьянство родителей зачастую провоцируют подростка к употреблению наркотических веществ. Однако немалая часть подростков, выросших в полных, материально обеспеченных и дружных семьях, являются наркоманами. Распадающиеся семьи, или семьи, где родители в разводе, семьи с отчимом или мачехой, постоянные конфликты в семье, а также асоциальные семьи, где родители пьяницы, наркоманы или же находятся в тюрьмах. Всё это является причиной безнадзорности подростка, жестокого отношения внутри семьи друг к другу, а это приводит к возникновению наркомании у подростка.

В то же время около 25 % вполне социально адаптированных подростков, не склонных к наркомании, воспитываются в неполных семьях. Следовательно, дело не в составе семьи, а в возможности правильного воспитания подростка. Такие подростки становятся «уличными», группируются с такими же детьми, как и они, а главным способом развлечений в таких группах становится наркотик. Мотивацией начала употребления наркотиков у подростка чаще всего является стремление не «отстать от других», «быть как все», «чем я хуже» или желание испытать неизведанные ранее ощущения и переживания, чаще любопытство.

Лучшая методика борьбы с наркоманией - профилактика. Ведь как показывает мировая практика, излечить от наркомании удается не более 2-3 процентов заболевших. От качества профилактической работы зависит жизнь потенциальных наркоманов, членов их семей и общества вообще. Поэтому профилактика наркомании у подростков не должна проводиться халатно и «ради галочки». Профилактика наркомании должна стать неотъемлемой частью просвещения. Для этого в школах проводятся лекции и занятия по профилактике наркомании, демонстрируются документальные и художественные фильмы. Хорошая профилактическая работа среди подростков дает ощутимые результаты, и она должна вестись постоянно и в широких масштабах. Правильно проведенные профилактические мероприятия среди подростков обязательно станут сдерживающим фактором и уменьшат количество молодых людей, «присевших» на наркотики.

Борьба с наркоманией ведётся, в первую очередь, на законодательном уровне практически во всех странах предусмотрены жёсткие уголовные санкции за производство, перевозку и распространение ряда наркотических средств. Некоторое значение имеют меры устрашения наркоманов. Одной из причин осложнения или пробуждения заболевания может стать даже одно слово, сказанное в определенных условиях. Поэтому большинство властей склоняются к мнению, что гораздо действеннее (хотя и намного труднее) обеспечить профилактическое устрашение, влияющее на сомневающихся. Особенно это касается главной группы риска — молодёжи.

Подростки – это вообще категория населения в возрасте от двенадцати до семнадцати лет, в основной своей массе вовлеченная в образовательный процесс, проводимый в школах и ВУЗах. В обществе принято считать подростковый возраст самым опасным и сложным в плане своей непредсказуемости, спровоцированной происходящими процессами становления личности, которые, в свою очередь,

сопровождаются физическими, физиологическими и умственными изменениями. Поэтому вполне закономерно, что профилактика наркомании в большей мере направлена именно на юношескую часть населения той или иной страны.

Профилактика наркомании должна:

1. быть позитивной и не иметь оттенка безысходности;
2. негативная информация должна освещать трагические последствия употребления алкоголя и наркотиков;
3. в СМИ не должны демонстрироваться сцены употребления наркотиков и алкоголя;
4. любая публикация должна иметь вывод в виде понятной информации и рекомендациям по профилактике употребления алкоголя и наркотиков;
5. каждая публикация должна иметь мотивационное воздействие на адресную аудиторию;
6. подготовку материалов должны осуществлять только специалисты – наркологи, психологи, сотрудники правоохранительных органов, социальные работники;
7. любую информацию по профилактике наркомании и алкоголизма должен одобрить специальный экспертный совет.

Есть много различных наркотических средств, но наиболее распространенным видом наркотика является морфий (зависимых от него людей называли морфинистами). Зачастую морфинистами становились поневоле, поскольку данный препарат широко использовался в медицинских целях как угнетающее нервную систему и притупляющее боль средство. Особенно большое количество наркозависимых было среди пациентов психиатрических лечебниц, получающих морфий по рецепту врачей.

Нередкими были случаи «заражения» наркоманией членами семей больного, имеющего доступ к препарату, вызывающему сильную зависимость.

Единственным достаточно сомнительным профилактическим приемом того времени можно считать предупреждение о побочных свойствах морфия. Но, как известно, это не останавливало страдающего человека от его употребления.

Информация, предложенная для знакомства подростков с губительными свойствами наркотиков, должна отвечать нескольким основным принципам:

1. иметь положительный посыл без налета мрачности и безысходности;
2. предлагать логичный и понятный вывод из всего изложенного;
3. содержать факты трагических последствий употребления наркотических веществ;
4. быть ориентированной на отдельно взятую целевую аудиторию и излагаться в понятной именно для данной аудитории форме;
5. подбор доводимых до сведения фактов должен производиться исключительно специалистами в этой области (наркологами, психологами, социальными работниками, представителями правоохранительных органов и т.д.);
6. выбранная для работы информация должна проходить пристальный анализ специальной экспертной комиссии.

Профилактические меры по борьбе с наркоманией – это комплекс мероприятий, направленных на предупреждение развития такого общественного явления, как наркомания, а также сокращение числа вовлекаемых в процесс употребления наркотических веществ людей.

Профилактические приемы наиболее эффективны среди юношей и молодежи, поскольку именно эти категории общества составляют условную группу риска. Кроме того, когда, как ни в подростковом возрасте, проводить информационную работу по опасности употребления наркотиков? В связи с этим, к разработке профилактических

приемов привлечены и педагоги, и психологи, и социальные работники, задачей которых является снабжение школьников и студентов правильно преподнесенной информацией по вопросам наркомании и сопутствующих ей рискам. Повышению эффективности такой методики способствует активная реклама, печатные публикации и СМИ, освещающие весь спектр обсуждаемых проблем.

Также в комплексе мер по профилактике наркомании должно быть организовано телефонное консультирование. Наркомания, как и алкоголизм – это не личное дело отдельно взятого человека. У наркозависимых очень высокий риск заболевания СПИДом, венерическими болезнями, гепатитами, и не меньшая возможность их распространения. Сочетать наркотики и учебу невозможно, поэтому молодежь, втянутая в наркоманию, быстро осваивается в обществе, втягивается в криминал, теряет семью и становится потенциально опасной для окружающих.

Для обеспечения активной работы по профилактике алкоголизма и наркомании, остановки эпидемии и оказания посильной лечебно-реабилитационной помощи больным требуется соответствующая законодательная база. Ведь, в первую очередь, необходима административная ответственность за употребление наркотиков и возможность обследования подозреваемых в наркомании лиц.

Вторичная профилактика наркомании – это раннее выявление лиц, употребляющих психоактивные вещества, и их лечение, а также предупреждение рецидивов и проведение поддерживающей терапии.

В задачу третичной профилактики входит социально-трудовая и медицинская реабилитация больных наркоманией.

Предрасположенность к наркотизму определяется определенными патохарактерологическими особенностями личности. Склонность к употреблению наркотиков имеют подростки с неустойчивым, истерическим характером, терпимые к любым отклонениям от социальных и психических норм, склонные к депрессии, негативно настроенные к основным социальным требованиям.

Профилактика наркомании предполагает и активное выявление пунктов наркотизации. У молодежи сильно развито чувство солидарности, поэтому они употребляют наркотики в группе. Так что от обследуемого подростка вряд ли удастся получить сведения об его «товарищах» по наркотикам. Для этого следует использовать метод фронтального обследования ближайшего окружения нововыявленного потребителя наркотических препаратов.

Немаловажной в профилактике наркомании является санитарно-просветительная работа среди детей и подростков. Но по этому вопросу на сегодня нет единого мнения. Одни специалисты рекомендуют проводить медицинскую пропаганду в школе на протяжении всего учебного года. Другие считают необходимым ввести в учебную программу курс по профилактике наркозависимости.

Представителями наркологической службы в школах и вузах должны проводиться семинары по обучению преподавателей простейшим приемам выявления различных видов опьянения, формированию у подростков настороженности к этой проблеме. Необходимы рассказы о реальных случаях тяжелых последствий наркотизма – медицинских и социальных.

Особенно убедительны сообщения о тяжелых отравлениях, ранах, смертельных исходах от передозировок наркотиков и т.п. Необходимо также акцентировать внимание подростков на пагубном влиянии наркотиков на физическое развитие, интеллект и потомство.

Очень важным в профилактических мерах является взаимодействие подростковой наркологической службы и соответствующих подразделений МВД, а также комиссий по делам несовершеннолетних. Сотрудники милиции должны

способствовать привлечению молодежи к обследованию и лечению от наркомании. Если подросток уклоняется от посещения наркологического диспансера, не поддается психотерапевтическому воздействию и является лидером группы наркоманов, то здесь необходимо принимать административные меры.

В настоящий момент, к сожалению, медицинская психология, наркология и социология не имеют достаточных знаний для выработки рациональной и эффективной системы профилактики наркомании и алкоголизма среди подростков. До сих пор нет научных данных о биохимических механизмах формирования наркотической зависимости. Эта проблема требует всестороннего изучения, только тогда будет возможна выработка эффективной стратегии профилактики наркомании.

Суть профилактики - сделать так, чтобы дети не хотели пробовать наркотики.

Профилактика наркомании должна стать неотъемлемой частью просвещения. Для этого в школах проводятся лекции и занятия по профилактике наркомании, демонстрируются документальные и художественные фильмы. Хорошая профилактическая работа среди подростков дает ощутимые результаты, и она должна вестись постоянно и в широких масштабах. Правильно проведенные профилактические мероприятия среди подростков обязательно станут сдерживающим фактором и уменьшат количество молодых людей, «присевших» на наркотики.

Педагоги, психологи и социальные работники в своей работе по профилактике наркомании среди подростков и детей могут пользоваться методами, разработанными в России. Основной принцип этой методики основан на заполнении информационного вакуума и предполагает создание действующего и постоянно финансируемого потока рекламы, и публикаций в СМИ о мерах профилактики наркомании и алкоголизма.

Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) вплотную занимается проблемой наркомании, в связи с чем выделила несколько видов ее профилактики:

1. Первичная (отвечает за предупреждение употребления наркотиков);
2. Вторичная (работа с лицами, употребляющими наркотические вещества: их выявление, лечение, наблюдение, контроль над возникновением рецидивов);
3. Третичная (направлена на социально-трудовую терапию и медицинскую реабилитацию наркозависимых).

Непосредственно профилактика наркомании, как она понимается и трактуется обществом, заключена, согласно классификации ВОЗ, в ее первичном виде. Данная форма включает в себя такие формы воздействия, как:

1. воспитательная работа среди молодежи;
2. санитарно-гигиеническое воспитание общества;
3. общественная борьба с потреблением и распространением наркотиков;
4. административно-законодательные меры.

Важным аспектом проведения профилактической работы среди подростков является возможность определения потенциально склонных к наркомании личностей. Как правило, в такую группу входят ребята и девушки с нестабильной психикой, сложным бунтарским и истеричным характером, эмоционально неустойчивые, с чувством пренебрежения к социальным нормам и моральным устоям, склонные к депрессивным состояниям. Неприятие и непонимание обществом таких личностей ведет к их отстраненности и, как следствие, поиском успокоения в наркотиках.

Зачастую, подростки, как и все люди в целом, организуются в группы «по интересам» со схожим мировоззрением, устоями, пониманием происходящего, принципами и поведением. Таким образом, выявить наркозависимого возможно по кругу его общения.

Что касается санитарно-гигиенического аспекта предупреждения наркомании, то здесь не существует единого мнения: одни специалисты считают, что нужно проводить

медицинскую пропаганду в учебных учреждениях на протяжении всего учебного года, другие голосуют за введение в учебную программу отдельно курса профилактики наркомании.

Профилактика также подразумевает обучение преподавательского состава выявлению различных видов наркотического опьянения и формированию у учащихся резко негативного восприятия зависимости. Проведение просветительской работы с реальными медицинскими и социальными примерами последствий наркомании (летальные исходы, болезни, деградация личности и т.п.).

Несмотря на большой объем проводимых работ и наличие огромной теоретической базы, профилактические меры по-прежнему не дают значительных результатов. На данный момент так и не определены биохимические механизмы формирования наркотической зависимости, поэтому психология, наркология и социология до сих пор не изобрели едино правильный и эффективный метод профилактики различного рода зависимостей. Дальнейшее изучение проблемы поможет дать ответ на вопрос, как искоренить наркоманию среди подростков и спасти общество от бессмысленного вымирания и самоуничтожения.

Информация по профилактике наркомании должна соответствовать следующим требованиям:

1. Быть позитивной и не иметь оттенка безысходности;
2. Негативная информация должна освещать трагические последствия употребления алкоголя и наркотиков;
3. В СМИ не должны демонстрироваться сцены употребления наркотиков и алкоголя;
4. Любая публикация должна иметь вывод в виде понятной информации и рекомендациям по профилактике употребления алкоголя и наркотиков;
5. Каждая публикация должна иметь мотивационное воздействие на адресную аудиторию;
6. Подготовку материалов должны осуществлять только специалисты – наркологи, психологи, сотрудники правоохранительных органов, социальные работники;
7. Любую информацию по профилактике наркомании и алкоголизма должен одобрить специальный экспертный совет.

Употребление наркотиков - одна из наиболее серьезных молодежных проблем в нашей стране. Количество наркоманов постоянно растет, а средний возраст их уменьшается. Проблема усугубляется криминальной ситуацией, риском заражения различными инфекциями, включая СПИД.

Лечение и освобождение от наркотической зависимости - это целый комплекс медицинских и социальных мероприятий. Их реализация сопряжена с большими материальными и моральными затратами, а положительный исход возможен далеко не всегда, так как на сегодня адекватной системы помощи наркозависимым не существует.

Основной акцент должен ставиться на профилактические, превентивные меры.

Исходя из этого, нельзя рассматривать лечение на стадии сформировавшейся зависимости как единственное средство борьбы с распространением наркомании. Такой подход не дает и не может дать положительного результата. Основной акцент должен ставиться на профилактические, превентивные меры.

Немедицинское использование психоактивных препаратов неизбежно в любом обществе. Понять, какую роль играют наркотики в жизни молодых людей необходимо. Употребление наркотиков вносит существенный ущерб обществу и личности. Основная часть потребителей наркотиков молодежь и одним из следствий наркомании является физическая и социальная деградация наиболее активной части населения.

Во всем мире школьные программы - это наиболее распространенные формы антинаркотического просвещения и в настоящий момент они многим кажутся панацеей.

Но следует учитывать, что в нашей стране антинаркотические кампании базировались жесткой административной направленности всех мероприятий. Опасения возможной социальной депривации обуславливали уклонение потребителей наркотиков и их родственников от наблюдения, лечения и любых контактов с государством. Профилактические программы должны создаваться не по распоряжению "сверху" и не в едином варианте для всех школ города.

Для объективного определения серьезности и размеров проблемы, связанной с употреблением наркотиков в немедицинских целях и для оценки эффективности политики в области наркопотребления необходимо использовать весь объем информации о распространенности данного явления и связанных с ним факторах индивидуального и социально-культурного порядка. Политика, основывающаяся на утопической вере, что немедицинское использование наркотических препаратов можно искоренить, не способна изменить сложившуюся ситуацию в лучшую сторону.

Наркотики - это смерть. Не принимайте их. НЕ смотрите на других, будьте самими собой. Берегите себя.

ГЛАВА 2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА НРАВСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

Эффективность воспитательного процесса во многом зависит от учета возрастных и индивидуальных особенностей детей и подростков. Идея возрастного подхода к нравственному воспитанию была обоснована и описана в трудах Ш.А. Амонашвили, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, П.Ф. Каптерева, А.В. Зосимовского, М.Л. Перепелицына, К.Д. Ушинского и др. Однако применительно к различным педагогическим технологиям и практикам нравственного воспитания возрастные и индивидуальные особенности, как правило, рассматриваются в контексте школьного обучения, в то время как психологические особенности студентов среднего профессионального образования зачастую описываются по аналогии со старшими школьниками. Вместе с тем, практикам известно, что данная группа обучающихся имеет свою психологическую специфику.

Во-первых, в колледж зачастую приходят ребята с низким уровнем подготовки по общеобразовательным дисциплинам, имеющие негативный опыт, связанный с освоением тех или иных предметов, обучением в школе в целом, наличием в анамнезе конфликтных ситуаций с педагогами, сверстниками, администрацией образовательных учреждений, родителями. Среди студентов колледжа значительно выше (по сравнению со старшей школой) и процент обучающихся с девиантными формами поведения. Основными причинами отклоняющегося поведения являются такие, как:

- Девиантная мотивация – это ценности, потребности, убеждения, личностные смыслы – все, что имеет значение для данного человека и побуждает его к аномальной активности. Человеческие потребности – нормальные, например, в комфорте или безопасности – становятся причинами отклоняющегося поведения в тех случаях, когда личность испытывает дефицит в приемлемых способах их удовлетворения.

- Эмоциональные проблемы и тесно с ними связанные трудности саморегуляции. Отклоняющееся поведение, как правило, сопровождается негативными эмоциями или эмоциональными расстройствами, например, агрессией или депрессией. Ведущая роль в происхождении девиантного поведения играет тревога. Эмоциональные проблемы порождают трудности релаксации (расслабления) и саморегуляции в целом. Нарушения также затрагивают регуляцию произвольных действий – целеполагание, планирование, оценку и самоконтроль.

- Негативно-девиантный социальный опыт. Это дезадаптивные поведенческие стереотипы (привычки, навыки), когнитивные искажения и дефициты, подкрепляемые социальными условиями. Это также элементарное отсутствие в опыте индивида позитивных навыков, составляющих основу дезадаптивности личности.

Все это требует от преподавателей колледжа знание методов педагогической коррекции, уметь добиваться позитивных поведенческих изменений в вышеописанных направлениях. Преподавателю, оказывающему помощь студентам с поведенческими девиациями, важно чувствовать уверенность и компетентность в таких вопросах, как этиология, механизмы функционирования, условия и закономерности формирования различных форм отклоняющегося поведения. Особенно важно сформировать адекватные представления и позитивные навыки воздействия на отклоняющееся поведение обучающихся. Важно следовать таким ведущими принципами поведенческой

психологии, как: объективность, поведенческая оценка, системность, сотрудничество, своевременность, адекватность и комплексность.

Во-вторых, определенные трудности создает и то, что студенты, попадающие в одну группу, приходят из разных школ района, области, региона. Поступают на обучение и из других стран (Таджикистан, Узбекистан, Белоруссия, Украина и др.), что отражается в неравномерности уровней подготовки по предмету.

В-третьих, студенты колледжа образуют определенную социально-профессиональную группу, ведущей функцией которой является приобретение знаний и умений в области избранной профессии, навыков самостоятельной творческой деятельности, а, следовательно, преподавание общеобразовательных дисциплин должно быть организовано с учетом профиля, получаемого студентами среднего профессионального образования.

В-четвертых, первый курс колледжа является важным этапом адаптации студентов, вовлечения их в учебный процесс, построенный на несколько других, в отличие от школы, основаниях.

В-пятых, период юности, на который приходится студенческий возраст, имеет специфические закономерности и часто характеризуется определённой «кризисностью» развития, в том числе такими явлениями, как максимализм, склонность к «философской интоксикации сознания», экстремальным видам деятельности, проявления негативизма, конфронтации с окружающими, нетерпимости, эмоциональной и волевой неустойчивости, инфантилизма, кризис идентичности (Э. Эриксон) и др. Особенно болезненно этот период проходит в неблагоприятных социальных, прежде всего, семейных условиях. Статистика свидетельствует о том, что среди студентов колледжа значимо выше процент юношей и девушек из неблагополучных семей, семей, испытывающих существенные материальные затруднения, семей с низким социальным статусом. Многие студенты поступают в колледж не столько ради получения той или иной специальности, а ради возможности «быстрее встать на ноги», «начать зарабатывать», «получить хоть какой-то диплом», «не сдавать ЕГЭ». Такие установки негативно отражаются на мотивации обучения, особенностях взаимодействия между студентами и преподавателем.

Вместе с тем, данный возраст имеет и свои ресурсы развития. В этот период происходит интенсивное формирование и развитие мировоззрения, идеалов, убеждений. Так, К.Д. Ушинский отмечал, что возраст 16-20/21 года является решающим с точки зрения формирования ведущей направленности личности. В это время отдельные представления и идеи интегрируются в некую общую схему, во многом определяя направление мыслей человека и его характер. Решаются задачи профессионального и личностного становления. Существенно расширяется опыт социального взаимодействия с различными группами, в том числе с представителями выбранной профессиональной деятельности. Формируется психологическая, личностная, жизненные перспективы.

Согласно данным К.А. Абульхановой-Славской, психологическая перспектива - это способность человека сознательно, мысленно предвидеть будущее, прогнозировать его, представлять себя в будущем. У студентов колледжа, находящихся в том возрасте, когда человек преимущественно живет будущим, выявляются различные психологические перспективы. У одних представления о будущем связаны с профессиональным выбором, у других - с личностными притязаниями и со своими

будущими достижениями (удачная карьера), у третьих - с личными устремлениями и потребностями (дружба, любовь, семья). Эти различия связаны с ценностными ориентациями, предпочитаемыми сферами жизни. У некоторых студентов колледжа настоящее и будущее резко разделены в силу неопределенности (проблематичности) профессионального выбора, сложностей материального характера, проблемами в семье.

Личностная перспектива - это не только способность человека предвидеть будущее, но и готовность к нему в настоящем, установка на будущее (готовность к трудностям в будущем, к неопределенности и т. д.). Как показывают данные мониторингов социально-психологических служб колледжей, для многих студентов-первокурсников характерна диффузная личностная перспектива, часто отмечаются негативные представления о будущем, преобладает мотивация избегания неудач («деваться было некуда, вот и пошел в колледж», «все равно не сдал бы экзамены», «учиться здесь проще», «родители сказали, все равно в вуз не поступлю, так хоть какой-то диплом будет» и пр.), что затрудняет решение задач развития данного возраста. Между тем, личностная перспектива – это, прежде всего, показатель зрелости, потенциала развития, сформировавшейся способности к организации своего времени, преодолению внешних и внутренних препятствий к достижению целей.

Психологическая и личностная перспектива в совокупности с обстоятельствами и условиями жизни, которые создают личности возможность для оптимального жизненного продвижения, формируют жизненную перспективу, основная задача которой состоит в реализации возможностной индивидуальной и социальной субъектности. Конструктивная жизненная перспектива является одной из важных составляющих психологического здоровья личности.

В старшем подростковом и юношеском возрасте активность личности в осуществлении жизненной стратегии проявляется, прежде всего, как способность к балансу между желаемым и необходимым, личным и социальным. В свою очередь такой баланс (оптимальный или неоптимальный для личности) устанавливается при помощи инициативы и ответственности. Идеал воспитания в этом возрасте – это активная, творческая, высоконравственная личность, обладающая внутренней свободой и способная к принятию и деятельностному переживанию «высшего нравственного закона» и реализации активной жизненной позиции на основе осознанного отношения к возможностям и ресурсам окружающего мира и себя.

В студенческие годы происходит формирование и уточнение жизненной стратегии, или жизненной программы, «сценария» о счастье, который есть у каждого человека. Это система ценностей и целей, реализация которых, согласно представлениям человека, позволяет сделать его жизнь наиболее успешной.

В рефлексивной психологии различают две противоположные жизненные стратегии: жизнеисчерпание и жизнепорождение. Жизнеисчерпание — это жизненная стратегия, определяемая в первую очередь условиями окружающей среды и характеризующаяся потреблением имеющихся внешних ресурсов и возможностей. Эта стратегия направлена на удовлетворение биологических и социальных потребностей человека, которые являются принципиально ограниченными. Усилия, направленные на их удовлетворение, исчерпывают жизненные ресурсы человека, не обладают возможностью их порождения и развития, минимизируют осмысленность жизни. Жизнепорождение (жизнетворчество) — это стратегия, определяемая в первую очередь самим человеком, способным культивировать в себе ресурсы и возможности, необходимые для его творческого бытия, реализации его планов и желаний, для

творческого созидания. Во внутриличностной сфере человека, в его отношениях с самим собой, такая стратегия проявляется в форме саморазвития — культивирования собственной уникальности путем расширения собственных возможностей, в социальной сфере взаимодействия - в форме сотворчества — общения, развивающего взаимную уникальность людей, в сфере отношений человека с культурой - в форме созидания, когда человек становится субъектом культуры, создает ее материальные и духовные ценности.

Нравственное воспитание студентов колледжа должно быть направлено на формирование ценностей жизнетворчества как важнейшего фактора психического, социального, психологического здоровья молодежи. Воспитание ответственности, ценности труда и времени, понимания свободы как возможности для развития, а не возможности для избегания является необходимым условием формирования конструктивной жизненной стратегии как одной из важнейших задач, решаемых молодыми людьми во время обучения их в колледже.

ГЛАВА 3 ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА

Немаловажную роль в профилактике нравственной дезадаптации, в том числе употребления наркотических веществ, могут играть сами ребята. Включение студентов в работу колледжа как активных субъектов существенно повышает результаты воспитательной работы. С этой целью в нашем колледже был разработан проект развития волонтерского движения по проблеме профилактики наркомании.

Для того, чтобы работа была более эффективна, в начале было проведено исследование психологических особенностей студентов 1 курсов.

Исследуемые показатели и методы изучения:

- уровень мотивации обучения студентов, эмоциональное отношение к колледжу (методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы Спилберг-Андреева (адапт.);
- значимость ценностей самоактуализации (методика САТ);
- уровень воспитанности (Анкета для определения уровня воспитанности);
- уровень осмысленности жизни и локус контроля (методика СЖО Д.А. Леотьева).

Опрос проводился в ноябре месяце среди студентов 1 курса Санкт-Петербургского технического колледжа.

Всего в опросе приняло участие 90 чел.

Анализ полученных результатов показал, что у большинства студентов отмечается средний и сниженный уровень мотивации учения, переживание скуки, диффузное эмоциональное отношение к учению, чувствительность к оценочному аспекту учения - 67%. У 9% студентов позитивное отношение к учению, соответствие социальному нормативу. У 24% опрошенных выявлено отрицательное эмоциональное отношение к учению.

Таблица 1

Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы Спилберг-Андреева (адапт.).

Уровень мотивации обучения	%
Очень высокий	4
Высокий	5
Средний	30
Сниженный	37
Низкий	24

Для студентов в целом характерно диффузное эмоциональное отношение к колледжу, противоречивое сочетание мотивов достижения и избегания неудачи, средний уровень тревожности, средний уровень агрессии. Высокий уровень тревожности выявлен у 36% опрошенных, гнева – у 22%, мотивация неудачи преобладает у 22% опрошенных.

Таблица 2

Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы Спилберг-Андреева (адапт.).

Способности	Выявленный уровень (%)		
	Низкий	Средний	Высокий
Познавательная активность	46	32	22
Мотивация достижения	22	58	20
Тревожность	18	46	36
Гнев	4	74	22

У большинства опрошенных отмечается низкий уровень ориентации на ценности самоактуализирующейся личности. 54% студентов испытывают трудности в ориентации во времени жизни, имеют низкий уровень развития рефлексивных способностей, способности быстро и адекватно реагировать на изменившуюся ситуацию, затрудняются в определении целей в будущем, не соотносят прошлое, настоящее, будущее друг с другом и активностью Я как субъекта жизнедеятельности.

Таблица 3

Методика САТ

Уровни	%														
	компетентность во времени	поддержка/опора на себя	ценностные ориентации	гибкость поведения	сензитивность к себе	спонтанность поведения	самоуважение	самопринятие	представления о природе человека	целостное восприятие мира	способность принимать свой гнев	количество	познавательные потребности	креативность	
Низк.	54	57	54	36	54	14	20	36	48	18	24	32	46	28	
Средн.	42	33	40	50	36	43	58	48	42	58	60	32	32	60	
Выс.	4	10	6	14	10	43	22	16	10	24	16	36	22	12	

У 57% отмечается высокая степень зависимости, несамостоятельности, конформности поведения, высокая подвластность средовым влияниям.

48% опрошенных имеют негативные представления о природе человека, 36% при взаимодействии с другими людьми склонны жестко придерживаться однажды выбранной линии поведения, имеют малый репертуар ролей и шаблонов поведения. У 57% выявлены трудности выражения эмоций (от склонности выражать свои чувства в непродуманных заранее действиях – 43% до ярко выраженных опасений открыто проявлять свои чувства – 14%). У 24% отмечаются трудности в осознании, принятии, контроле агрессивных тенденций в поведении. Выраженные трудности в общении, установлении глубоких и тесных контактов с окружающими испытывают 32% опрошенных.

Низкий уровень самоуважения выявлен у 20% опрошенных, средний – у 58%, высокий – у 22%. Низкий уровень самопринятия у 36%, средний – 48%, высокий – у 16% опрошенных. Высокая оценка по шкале самопринятия означает, что

самоактуализирующаяся личность принимает себя такой, какая она есть, со всеми своими недостатками и слабостями. Самопринятия достичь труднее, чем самоуважения. Актуализация собственной личности требует и того, и другого.

Высокий и средний уровень стремления к приобретению новых знаний, широта кругозора выявлен у 54% респондентов, креативности, готовности к инновациям – у 72%. У 46% познавательные потребности выражены слабо. Низкий уровень креативности (низкий уровень творческой направленности личности, творческого потенциала) отмечается у 28% студентов.

Анкетирование студентов на предмет осознания ими нравственных ценностей (уровень воспитанности) проходило в два этапа. На первом этапе студенты оценивали себя по степени выраженности следующих качеств

- долг и ответственность,
- бережливость,
- дисциплинированность,
- ответственное отношение к учебе,
- отношение к общественному труду,
- коллективизм, чувство товарищества,
- доброта и отзывчивость,
- честность и справедливость,
- простота и скромность,
- культурный уровень.

На втором этапе каждого студента оценивали три эксперта, в роли которых выступали родители (лица, их заменяющие) и преподаватели, работающие с данными группами.

Анализ полученных результатов показал, что средние значения большинства изучаемых показателей относятся к зоне выраженности признака «ниже среднего».

Таблица 4

Анкета уровня воспитанности студентов колледжа
(самооценка и экспертная оценка)

Исследуемые показатели	Всего	
	с/о	э/о
Долг и ответственность	0,41	0,58
Бережливость	0,82	0,62
Дисциплинированность	0,68	0,62
Ответственное отношение к учебе	0,77	0,61
Отношение к общественному труду	0,76	0,60
Коллективизм, чувство товарищества	0,72	0,64
Доброта и отзывчивость	0,76	0,68
Честность и справедливость	0,76	0,67
Простота и скромность	0,69	0,62
Культурный уровень	0,59	0,62
Общий показатель уровня воспитанности	0,69	0,63

Примечание: до 0,5 – низкий уровень

0,6 – ниже среднего

0,7-0,8 – средний

0,9 – выше среднего

1 – высокий

Особое внимание следует обратить на низкие значения параметров «долг и ответственность», «культурный уровень». Следует отметить, что самооценка и экспертная оценка в большинстве случаев существенно различаются в сторону большей критичности экспертов. Наибольшее расхождение при этом выявлено по таким параметрам, как: «долг и ответственность», «бережливость», «ответственные отношение к учебе», «отношение к общественному труду», «честность и справедливость», «коллективизм, чувство товарищества».

Таблица 5

Распределение респондентов по общему уровню воспитанности (%)

Уровень воспитанности	Всего %
низкий	23,5
ниже среднего	22,9
средний	53,6

В целом, у большинства студентов отмечается средний уровень воспитанности (54%), им свойственна самостоятельность, проявление самоорганизации и саморегуляции, однако отсутствует или недостаточно выражена общественная позиция. У 46% выявлен низкий и ниже среднего уровень воспитанности. Такие студенты характеризуются слабым, неустойчивым положительным поведением, которое регулируется в основном требованиями взрослых и другими внешними стимулами, их самоорганизация и саморегуляция ситуативны.

Полученные в ходе анкетирования данные были подтверждена результатами тестирования по методике СЖО Д.А. Леонтьева. Было выявлено, что для опрошенных студентов характерны низкая осмысленность жизни, восприятие жизни как довольно однообразной, протекающей без существенных свершений.

Таблица 6

Методика СЖО Д.А. Леонтьева

Шкалы СЖО	Полученный показатель
1. Общий показатель ОЖ	37,14±16,85
2. Цели в жизни	14,31±11,85
3. Процесс жизни	14,51±12,17
4. Результативность жизни	13,26±10,52
5. Локус контроля-Я	12,69±9,14
6. Локус контроля-жизнь	15,63±12,47

Отмечается обесценивание настоящего, отсутствие эмоционально-значимых целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Неудовлетворенность своей жизнью в настоящем и прошлом сочетается с фатализмом, убежденностью в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее, неверием в свои силы контролировать события собственной жизни. Подобное состояние может быть в целом определено как переживание некоего «экзистенциального вакуума» (по В. Франклу), что может служить фактором для обращения студентов к неконструктивным формам защитно-совладающего поведения, в том числе употребления психоактивных веществ.

Таким образом, для студентов технического колледжа характерны низкий и средний уровень воспитанности, недостаточность сформированности ценностей самостоятельности, ответственности, долга, низкая осмысленность своей жизни, недостаточный уровень рефлексии. В целом, выявленные особенности нравственного развития студентов 1 курса технического колледжа свидетельствует о высоком риске девиантного (в том числе аддиктивного) поведения и требует от преподавателей и актива совета студенческого самоуправления поиска и систематического применения методов и средств, позволяющих развивать процессы целеполагания, рефлексии, формировать чувства долга и ответственности за свои поступки.

ГЛАВА 4. ПРОЕКТ РАЗВИТИЯ ВОЛОНТЕРСКОГО ДВИЖЕНИЯ В КОЛЛЕДЖЕ ПО ПРОБЛЕМЕ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ

4.1. Проект развития волонтерского движения в колледже

Волонтерское движение является одним из наиболее эффективных способов профилактики вредных привычек среди молодежи. С 1985 года 5 декабря каждый год в мире отмечается **Международный День Добровольцев (МДД)**. В России этот день ежегодно отмечается с 1995 года.

Фокус МДД - всемирное празднование добровольчества с целью усиления и признания всеми государствами важной роли и вклада добровольцев, добровольческих неправительственных некоммерческих и общинных организаций в социально-экономическое развитие государств, в решение социальных проблем, построения и развития партнерских отношений между государством и институтами гражданского общества.

Всемирное признание добровольчество получило в результате предпринятых на международном уровне усилий и фундаментальных исследований, проведенных в рамках подготовки и празднования 2001 года - Международного Года Добровольцев, осуществленных организациями системы ООН (Добровольцы ООН) и рядом международных организаций, (IAVE и др.). Именно, в силу признания и осознания на глобальном уровне уникальных свойств и возможностей добровольчества, Организация Объединенных Наций в своих резолюциях (56/38 и др.) настоятельно рекомендовала всем государствам включать добровольчество компонентом в национальные стратегии социально-экономического развития государств.

На сегодняшний день добровольческие организации во всем мире считаются одними из самых эффективных форм решения острых проблем общества.

Наш проект посвящен разработке волонтерского движения в колледже по проблеме профилактики наркозависимости.

Проект включает в себя:

- 1) Социологический опрос студентов.
- 2) Определение актива будущего волонтерского движения.
- 3) Утверждение нормативных документов (См ниже Примерное Положение...).
- 4) Организация обучения волонтеров (*см. ниже Программу...).
- 5) Проведение Дня волонтера (см. ниже Сценарий...).
- 6) Проведение мероприятий (*см. ниже примеры сценариев 3 мероприятий).

На первом этапе планируется проведение социологического опроса студентов с целью выяснения того, какие аспекты данной проблемы наиболее важны и интересны студентам колледжа, а также определения потенциальных участников будущего волонтерского движения.

Далее планируется параллельно проведение обучения волонтеров и организационное оформление волонтерского движения.

Примерное положение об организации и развитии волонтерского движения по профилактике злоупотребления психоактивных веществ в среде сверстников

1. Общие положения:

1.1. Данное положение составлено в соответствии с: Законом РФ «О общественных организациях» от 19.05.1995; решением коллегии Министерства

образования Российской Федерации «О концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами» 08.02.2011г., Уставом колледжа.

1.2. Добровольческая служба «Мы выбираем жизнь» является самостоятельным структурным подразделением Совета студенческого самоуправления колледжа.

1.2. Объект волонтерского движения – инициативная группа студентов, желающих заниматься деятельностью, соответствующей целям и задачам волонтерского движения в области профилактики употребления молодежью психоактивных веществ.

1.3. Предмет волонтерского движения – знания, умения, навыки, необходимые для организации и проведения мероприятий, соответствующих целям и задачам движения.

1.4. В работу по организации волонтерского движения привлекаются специалисты различных областей знаний.

2. Цели и задачи волонтерского движения.

2.1. Цель волонтерского движения:

2.1.1. Инициирование и развитие добровольного движения по профилактике нарко-и алкогольной зависимости в колледже.

2.2.2. Формирование мотивации здорового образа жизни у субъектов образовательного пространства.

2.2. Задачи волонтерского движения:

2.2.1. Инициирование и развитие добровольного движения по профилактике нарко-алкогольной зависимости.

2.2.2. Формирование у студентов и преподавателей мотивации к участию в волонтерской деятельности.

2.2.3. Разработка программ для обучения добровольцев и их обучение навыкам профилактической работы.

2.2.4. Активизация студентов колледжа в общественной работе по пропаганде здорового образа жизни, и профилактике употребления психоактивных веществ;

2.2.5. Обучение студентов навыкам работы со сверстниками, совершенствование ораторских способностей, получение опыта организации и проведения различных мероприятий;

2.2.6. Предложение альтернативы вредным привычкам;

2.2.7. Разработка и апробация различных мероприятия по профилактики наркозависимости среди молодежи.

2.2.8. Обеспечение эффективного взаимодействия волонтерской службы со структурами, занимающимися профилактикой наркозависимости.

3. Организация деятельности волонтерского движения.

3.1. Изучение опыта работы зарубежных и российских добровольцев по профилактике злоупотребления ПАВ, адаптация существующих программ по первичной профилактике к условиям колледжа с учетом возможности их внедрения с привлечением и активным участием подростков-добровольцев.

3.2. Привлечение, набор и обучение студентов работе по профилактике наркозависимости со сверстниками.

3.3. Разработка и проведение профилактических мероприятий студентов-добровольцев с различными группами.

3.4. Создание банка видео – и аудиоматериалов по теме профилактики, которые добровольцы могли бы использовать в ходе занятий со сверстниками.

3.5. Развитие различных форм деятельности волонтеров по первичной профилактике нарко-алкогольной зависимости: театрализованные представления, тренинговые занятия, агитбригады, акции, концерты, конкурсы рисунков на антинаркотическую тему, проведение тематических дискотек, дискуссий, конкурсных программ и т.д.

3.6. Распространение идей добровольчества среди населения (освещение деятельности добровольческих объединений в СМИ, проведение пресс-конференций и т.д.).

3.7. Распространение инициативы волонтерского движения среди студентов колледжа, агитация к участию в развитии волонтерского движения, участие в развитии сети добровольческих объединений города и области.

4. Участники волонтерского движения имеют право:

4.1. Добровольно вступить в волонтерское движение.

4.2. Добровольно выходить из состава участников волонтерского движения.

4.3. Самостоятельно определять для себя виды деятельности, необходимые для службы, исходя из личностных особенностей и индивидуальных предпочтений.

4.4. Получать вознаграждение за осуществление деятельности, соответствующей целям и задачам волонтерского движения;

4.5. Быть осведомленным о политике, целях и задачах добровольного объединения, а также участвовать в планировании его деятельности, проявлять инициативу, свободно выражать личное мнение.

4.6. Получать методическую и психологическую помощь и поддержку при осуществлении деятельности, соответствующей целям и задачам волонтерского движения.

5. Участники волонтерского движения должны:

5.1. Способствовать преобразованию индивидуального участия в коллективное действие.

5.2. Активно поддерживать свое объединение, быть преданным его целям, задачам и осведомленным о его политике и деятельности.

5.3. Стремиться в меру своих способностей и наличия свободного времени доводить до успешного завершения в соответствии со взятой на себя ответственностью совместно выработанные программы.

5.4. Сотрудничать со своими коллегами в духе взаимопонимания и взаимного уважения.

5.5. Повышать уровень своего профессионализма, участвуя в обучающих семинарах, супервизорской практике, в работе тренинговых групп, а также используя другие формы обучения.

5.6. Не разглашать конфиденциальную информацию, если такая предполагается характером деятельности.

6. Основные направления деятельности волонтерского движения.

6.1. Работа с группами подростков (ведение групповых занятий в малых коллективах).

6.2. Антинаркотическая пропаганда:

- Разработка и распространение наглядных материалов (буклетов, брошюр и др.);
- Подготовка аудио– и видеоматериалов по теме и их использование в работе;

- Организация дискуссий, викторин, конкурсов, акции и других массовых мероприятий в детско-подростковой аудитории;
 - Организация театрализованных выступлений;
- 6.3. Освещение своей деятельности в средствах массовой информации,
- связь с общественностью;
 - размещение информации на страничке сайта колледжа
- 6.4. Привлечение новых добровольцев, их отбор и подготовка.
- 6.5. Организация само- и взаимопомощи.

7. Работа волонтерского движения осуществляется в свободное от учебного процесса время.

8. Обеспечение деятельности волонтерского движения.

Обеспечение и координация деятельности добровольного движения осуществляется воспитательным отделом колледжа.

9. Организационная схема добровольной службы:

9.1. **Руководитель волонтерской службы** – Обеспечивает координацию всей деятельности волонтерской службы, подбирает координаторов и кураторов для волонтерских групп, распределяет между ними обязанности. Организует социальный маркетинг, осуществляет стратегическое планирование деятельности службы с координаторами, кураторами и волонтерским активом.

Обеспечивает связь с государственными структурами, общественностью, средствами массовой информации и другими заинтересованными организациями. Организует обучение волонтеров для обеспечения большей эффективности деятельности добровольцев и снижения риска возможных ошибок в их работе. Обеспечивает научно-методическое сопровождение развития волонтерской службы.

9.2. **Координаторы волонтерских групп** – студенты, которые организуют работу волонтеров своей группы по различным направлениям.

9.3. **Кураторы** – психолог, социальный педагог, преподаватели, руководители кружков и секций, мастера производственного обучения, которые помогают волонтерам эффективно организовывать свою деятельность, а также оказывают им психологическую и моральную поддержку. Проводят отборочные и тренинговые занятия, осуществляют супервизию, проводят группы по разбору и разрешению трудностей в работе и группы личностного роста, индивидуальное психологическое консультирование добровольцев – осуществляет психологическое сопровождение деятельности волонтерской группы.

9.4. **Работающие волонтеры** – это студенты, участвующие в волонтерской деятельности. В процессе работы они проходят отбор, тренинговую подготовку и стажировку под руководством куратора и других опытных волонтеров. Волонтеры сами определяют для себя те виды работ, которыми они хотели бы заниматься.

4.2. Программа обучения волонтеров

Тема наркомании очень сложна, поэтому ребятам, которые будут заниматься волонтерской деятельностью, нужно знать, с чем они имеют дело.

Для этого мы предлагаем разработать и составить программу обучения участников волонтерского движения.

Цель обучения волонтеров: знакомство с психологическими аспектами наркозависимости и овладение навыками и умениями для проведения различных форм

профилактической работы со сверстниками: организация дискуссий, подготовка наглядных материалов, ведение бесед и групповых занятий и др.

Примерное содержание

1-я встреча. Ознакомительная беседа: Рассказ об истории и деятельности волонтерской организации. Обсуждение плана на будущее, и способов поощрения. Заполнение заявлений и анкет. Обсуждение вопроса о временных затратах личного времени для работы волонтером.

Проведение отборочных упражнений. Цель: выявить у кандидата представления относительно того, какими качествами и взглядами должны обладать люди, занимающиеся профилактикой наркомании и алкоголизма. Осознание мотивов, побуждающих заниматься волонтерством.

Определение миссии волонтерской организации:

- Кто мы? (официальный, юридический статус, если он есть)
- Во имя чего? (высшие цели и ценности организации, а также качественные изменения, на которые направлена деятельность)
- Для кого? (целевая группа, на которую направлена деятельность организации, и ее потребность)
- Где? (район, на который распространяется деятельность организации)
- Что мы делаем? (направления деятельности).

Обсуждение и выбор форм и методов профилактики, исходя из своих личных особенностей добровольцев и индивидуальных предпочтений.

2-я встреча.

Принятие уставных документов.

Выбор названия, атрибутики.

Определение круга людей, которые могли бы оказать помощь в проведении мероприятий.

Заклучение коллективного договора о волонтерской деятельности с администрацией колледжа.

3-я и последующие встречи.

Развитие необходимых личностных качеств для волонтеров. Подготовка мероприятий.

Таблица 7.

Необходимые качества для эффективной волонтерской деятельности

№	Формы и методы профилактики	Необходимые личностные характеристики и навыки.
1.	Ведение групповых занятий в малых коллективах	Достаточно высокий уровень интеллектуального развития, владение информацией по теме, навыки ведения групповых занятий, способность к эмпатии (умение воспринимать и чувствовать состояние другого человека), сенситивность (чувственность, острота восприятия), умение слушать, тактичность и сосредоточенность, организаторские способности, умение аргументировано говорить.
2.	Распространение наглядных материалов во время тематических акций, рейдов и т.д.	Коммуникабельность, умение входить в контакт с незнакомыми людьми, тактичность и доброжелательность, умение хорошо ориентироваться при большом скоплении людей и

		в неожиданной ситуации.
3.	Организация дискуссий, викторин, конкурсов, и других массовых мероприятий в детско-подростковой аудитории.	Умение держаться на сцене, хорошая дикция, умение чувствовать аудиторию, организаторские способности, владение информацией по теме. Навыки командной работы (см. Приложение 3 – тренинг «Алгоритмы делового взаимодействия»)
4.	Подготовка наглядных материалов, средств контрпропаганды наркотиков и социальной рекламы.	Художественные способности, усидчивость, сосредоточенность, умение использовать свой прошлый опыт и опыт других людей, знание по теме.
5.	Театрализованные представления, аудио- и видео постановки.	Артистичность, непосредственность, умение держаться на сцене и перед камерой, хорошая дикция.

Конец года.

Проведение отчетного мероприятия. Планы на будущее.

4.3. Примерный сценарий Дня волонтера

Студент 1: - Добрый день! Волонтерский отряд СПБТК «Мы выбираем жизнь» рад приветствовать Вас! Давайте познакомимся! (представление волонтеров).

Студент 2: Пстой, а кто такие эти твои волонтеры? Слово-то какое-то не наше.

Студент 1: Правильно. В переводе с французского волонтер означает «доброволец». Они появились в нашей стране еще в 1911 году, когда были организованы школьные союзы трезвости. Волонтерская организация – это объединение добровольцев, деятельность которых направлена на решение социально значимых проблем. Основная задача деятельности волонтерских отрядов заключается в оказании помощи.

Студент 3.

Притча «Протяни ему руку».

В болоте Северной Персии тонул человек. Он весь погрузился в трясину, и только голова его еще выглядывала. Несчастный орал во всю глотку, умоляя о помощи. Скоро целая толпа собралась на месте происшествия. Нашелся смельчак, пожелавший спасти тонущего человека. «Протяни мне руку! - кричал он ему. – Я вытащу тебя из болота». Но тонущий зывал о помощи и ничего не делал для того, чтобы тот мог ему помочь. «Дай мне руку!» – все повторял ему человек. В ответ раздавались лишь жалобные крики о помощи. Тогда из толпы вышел человек и сказал: «Ты же видишь, что он никак не может дать тебе руку. Протяни ему свою, тогда сможешь его спасти».

Студент 4.

Волонтерские группы функционируют в самых различных сферах. В нашем колледже была организована волонтерская группа «Мы выбираем жизнь», члены которой проводят просветительские занятия в области профилактики употребления студенческой молодежью ПАВ. Задача волонтеров заключается в мотивировании молодежи к самостоятельному решению своих проблем без употребления наркотиков.

Студент 2: - Перед тем как стать волонтерами и осознанно заниматься этой деятельностью, мы провели социологический опрос среди студентов 1 курса колледжа.

Студент 3: - Мы увидели, сколько наших сверстников находится в зоне риска...

Студент 4: - Пожар, чье имя наркотик полыхает по всей России. Он уносит миллионы жизней, нераскрывшиеся таланты, несбывшиеся мечты, нерожденных детей.

Студент 1: - Страна оказалась перед лицом национального бедствия. Самое страшное, что в наркопожаре гибнут подростки и молодежь.

Студент 2: - Наркомания среди школьников и студентов возросла в 6-8 раз.

Студент 3: - Кажется, что взрослые уже не в силах остановить этот процесс.

Студент 4: - Поэтому мы решили объединиться и организовали волонтерское движение в колледже и объявили: «НЕТ НАРКОТИКАМ!» (хором)

Студент 1: - Наша основная цель не убеждать сверстников во вреде употребления наркотиков, а показать альтернативы наркозависимому поведению.

Студент 1: - Все мы попадаем в трудные стрессовые ситуации. Молодежь, как правило, имеет узкие представления о способах борьбы со стрессом. С целью расширения этих представлений мы разработали программу игр с элементами тренинга «Стресс и способы совладания с ним» и реализуем её среди студентов 1 и 2 курсов.

Студент 2: - Мы будем проводить активные занятия и дискуссии. Наша цель - разрушить мифы, связанные с употреблением ПАВ. Мы будем рады, если вы заходите вступить в наши ряды.

Студент 3: - В этом году мы планируем охватить как можно большее количество студенческих групп колледжа, а также привлечь в наши ряды первокурсников. Помимо этого мы хотим улучшить в нашем колледже тренажерный зал, для того чтобы студенты в свободное время занимались спортом.

Студент 4: - Человек, не занятый спортом, творчеством, трудом, не знающий куда себя деть, - хорошая мишень для наркотика. Мы помогаем студентам найти себя, утвердиться и самореализоваться в группе, распространяем среди них информацию о работающих в колледже и вне его секциях, клубах, спортивных школах.

Студент 1: - Мы помогаем студентам разнообразить их жизнь.

Студент 2: - Мы молоды, а значит, жизнь прекрасна!

Но может быть она ещё опасной.

Когда подстережет из-за угла чужая связь и острая игла!

И хочется тебе под кайфом жить,

Но этот кайф придет тебя убить!

Есть слово страшное. Такое слово СПИД.

В нем жизнь твоя без времени сгорит.

Студент 2: - Можно просто дружить,

На гитаре играть,

И в походы ходить,

И друзей собирать.

Можно рок полюбить, можно рэп танцевать,

Нужно жизнь так любить, чтобы не умирать!

Студент 3: - Нам бы очень хотелось, чтобы каждый студент колледжа и вся молодежь планеты решили для себя:

- «Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ» (ХОРОМ).

Студент 1: (обращаясь в зал)

Любая добровольная работа начинается с одного человека. Видите ли Вы необходимость развития волонтерского движения в колледже? Каким Вы видите это развитие? Что Вы можете конкретно сделать в качестве волонтера?

Упражнение «Круг».

Раздаются фигурки людей, на которых участники записывают свои мысли. Затем ведущий приклеивает их на круг.

Студент 2:

Только вместе мы можем оказать действенную эффективную помощь таким же ребятам, как мы.

Волонтерское движение – это насыщенная событиями и встречами с интересными людьми жизнь, участие в мастер-классах, деловых играх и коммуникативных тренингах. Это волонтерские рейды в школы и детские лагеря и многое другое.

Поэтому всех, кому не безразлична собственная жизнь, жизнь близких людей и друзей; кто хочет жить в здоровой России, мы приглашаем в наше волонтерское движение.

Студент 3:

Мы приглашаем также тех, кто умеет петь, рисовать, декламировать и т.д. Ваши таланты нам очень нужны! Здесь вы найдете друзей по духу, по интересам, получите поддержку и найдете понимание. Подходите к нам. Мы всем будем рады.

Студент 4: Любой праздник сопровождается подарками и поздравлениями, поэтому сегодня мы благодарим тех студентов, которые активно участвуют в развитии волонтерского движения.

Награждение грамотами.

Просмотр видео о жизни колледжа 2Скажи жизни ДА!».

Фуршет.

**4.4. План проведения круглого стола со студентами на тему:
«Стресс и способы борьбы с ним».**

Пояснительная записка

С развитием науки и техники количество стресс-факторов постоянно увеличивается. Достаточно сказать, что понятие «информационного стресса» почти не применимо к переживаниям человека XVIII или XIX века, тем более средневековья, хотя и тогда жизнь подавляющего большинства людей была далеко не безоблачной.

Стресс оказывает на человека как мобилизирующее воздействие, так и разрушительное. Надо полагать, в развитии стрессового состояния существует определенный «перекресток», оказавшись на котором каждый так или иначе сам выбирает, в каком направлении ему сделать следующий шаг - активизировать деятельность или заняться самовзвинчиванием.

В подростковом возрасте проблема преодоления стрессовых ситуаций становится **актуальной**, так как в этом возрасте увеличивается внимание к себе, к своим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается обидчивость, повышается тревожность, эмоциональная сфера отличается неустойчивостью.

Данное занятие направлено на осознание студентами важности последствий стресса и выработку путей его преодоления. Занятие проводится студентами-волонтерами.

Цель: помочь студентам сформировать умения преодоления стрессовых ситуаций.

Ход проведения:

1. Приветствие, озвучивание цели – Студент 1:

- Здравствуйте!

Что я сейчас сделала?

(Поздоровались)

- А что означает это слово: «здравствуйте»?

(Пожелание здоровья)

- Каждый раз, когда мы встречаемся, или когда поздравляем друг друга с праздником, или когда кто-то чихает, желаем друг другу здоровья.

- И сегодня Вас приветствует волонтерский отряд СПбТК «*****» и желает Вам (хором) здоровья.

2. Знакомство – Студент 2.

Участникам предлагается назвать свое имя и рассказать о том, что им помогает поддерживать себя здоровым, в хорошем самочувствии

2. Озвучивание правил – Студент 3.

1. Единая форма обращения друг к другу на «ты» (по имени).

Для создания климата доверия в группе все обращаются друг к другу на «ты». Это психологически уравнивает всех, независимо от возраста, социального положения, жизненного опыта, и способствует раскрепощению участников круглого стола.

2. Общение по принципу «здесь и теперь».

Во время встречи все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе.

3. Конфиденциальность всего происходящего.

Все, что происходит во время нашей встречи, ни под каким предлогом не разглашается и не обсуждается за ее пределами без разрешения участников.

4. Персонификация высказываний.

Безличные слова и выражения типа «Большинство людей считают, что...», «Некоторые из нас думают...» заменяем на «Я считаю, что...», «Я думаю...». По-другому говоря, говорим только от своего имени и только лично кому-то.

5. Искренность в общении.

Во время тренинга говорить только то, что думаешь и чувствуешь, т.е. искренность должна заменить тактичное поведение.

6. Уважение к говорящему. Говорим только по одному.

Когда кто-то говорит, то мы его внимательно слушаем и не перебиваем, давая возможность высказаться. И лишь после того, как он закончит говорить, задаем свои вопросы или высказываем свою точку зрения.

Соблюдение правил позволит нам создать некоторое энергетическое пространство, в котором нам будет комфортно работать и которое надо беречь.

4. «Что такое стресс?». Проведение теста «Подверженность стрессу» - Студент 4.

Первым дал определение стресса канадский физиолог Ганс Селье. Согласно его определению, стресс - это все, что ведет к быстрому старению организма или вызывает болезни. В переводе с английского языка слово «стресс» означает «нажим, давление, напряжение». А энциклопедический словарь дает следующее толкование стресса: «Совокупность защитных физиологических реакций, возникающих в организме животных и человека в ответ на воздействие различных неблагоприятных факторов (стрессоров)».

На жизненном пути нас поджидает множество событий и потрясений, способных вызвать стресс. В большинстве своем они являются неотъемлемой частью нашей жизни, поэтому избежать их или обойти просто невозможно. Важно знать, какие события, и в каких случаях особо стрессогенны, - это поможет смягчить негативные последствия. Ответив на приведенные ниже вопросы (возможные варианты ответов: «никогда», «изредка», «время от времени», «часто», «очень часто»), можно также определить, предрасположены вы к стрессу или нет.

Часто ли вы переедаете? Как часто употребляете алкоголя? Много ли курите?

Считаете ли вы, что ведете неправильный образ жизни?

Чувствуете ли вы себя виноватым, когда ничего не делаете дома - только отдыхаете, спите, смотрите телевизор?

Кажется ли вам порой предстоящее изменение в жизни непреодолимым препятствием?

Считаете ли вы себя пессимистом?

Не кажется ли вам, что вы потеряли контроль над своей жизнью?

Ощущаете ли вы напряжение в конфликтных ситуациях на работе или дома?

Испытываете ли вы ощущение безнадежности, если у вас что-то не получается?

Чувствуете ли вы сильное напряжение при возникновении непредвиденных ситуаций?

Защищаете ли вы свою точку зрения от нападок других людей? Считаете ли вы причиной неудачи других людей или какие-то не зависящие от вас обстоятельства?

Берете ли вы на себя ответственность за успехи или неудачи в своей жизни?

Часто ли у вас бывает плохое настроение?

Эти вопросы - не тест. Это проверка самого себя. Никому не показывайте результаты, но... Правильные, честные ответы на эти вопросы позволят взглянуть на себя со стороны, по-новому оценить свои мысли, ощущения и некоторые элементы своего поведения. И если вдруг окажется, что на большинство ответов вы ответили «часто» или «очень часто», значит, вам надо быть предельно внимательным к себе, ибо до стресса, что называется, рукой подать.

5. «Настроение» - Студент 1:

На листах бумаги символично нарисовать своё настроение, то есть то, что вы сейчас чувствуете. Ведущий предлагает участникам без обсуждения объяснить свой рисунок.

6. «Проявления стресса» - Студент 2.

Медицина характеризует проявления стресса следующими симптомами:

- подавленное, угнетенное настроение, утрата интереса к близким, повседневным делам, работе;
- бессонница, раннее пробуждение по утрам или, напротив, чрезмерно долгий сон;
- раздражительность и беспокойство, быстрая утомляемость и упадок сил;
- отсутствие аппетита и похудание или иногда, наоборот, переедание и увеличение веса;
- неспособность сосредоточиться и принять решение;
- чувство собственной бесполезности и вины, ощущение безнадежности и беспомощности;
- частые приступы рыданий;
- мысли о самоубийстве.

Со стрессами мы сталкиваемся практически постоянно, решая те или иные проблемы. Например, плохая отметка на экзамене или не сдача зачета вызывает стресс (сильные отрицательные эмоции) большей или меньшей степени. Мы можем испытывать стресс, стоя в длинной очереди, из-за трудностей на учебе или проблем в семье, при отсутствии взаимной любви, когда хотим сделать многое, а времени для этого нет, когда имеются нереализованные возможности, ежедневный просмотр по телевизору криминальных историй и многие другие причины, перечень которых можно продолжить почти до бесконечности. И после стресса обязательно наступает ответная (защитная) реакция организма - состояние депрессии. В ответ на каждый даже самый

маленький (незначительный) стресс организм отвечает адекватной депрессией. Но небольшие стрессы даже полезны организму. Они его постоянно тренируют, вводя в состояние активации или тренировки. Чем больше стресс, тем сильнее (глубже) и продолжительнее состояние депрессии. По времени депрессия средней тяжести продолжается до двух недель. В тяжелых случаях (при сильных стрессах, например, гибель близких людей) депрессия может продолжаться несколько месяцев и даже несколько лет. Вот почему обязательное поминание усопшего через 3, 9 и особенно 40 дней ("прощание с душой") помогает вначале снизить стрессовое напряжение, а затем выйти из депрессивного состояния членов семьи, родственников и друзей. Во время стресса организм мобилизуется и максимально расходует свою энергию и направляя ее на защиту организма. После стресса организм находится в состоянии «разряженного аккумулятора», истощения, т. е. депрессии, после чего начинается постепенное накапливание энергии («подзарядка» организма) до момента полного восстановления сил и энергии. Процесс (продолжительность) депрессии или торможения организма во времени (продолжительность) приблизительно в три раза длиннее, чем время воздействия стрессовой ситуации (процесса возбуждения организма) и это надо учитывать при ликвидации последствий любого стресса, большого или самого маленького.

Что вы чувствуете в период стресса?

7. Энергизатор «Поменяйтесь местами те, кто...» - Студент 3.

8. Способы борьбы со стрессом.

Какие способы существовали и существуют для того, чтобы снизить стрессовое напряжение?

9. «Грузинский хор» - Студент 4.

Состояние нашего здоровья во многом зависит от нашего настроения. Мы Вам предлагаем поднять свое настроение.

Участники делятся на 3 группы, каждая группа получает задание хором пропеть определенные слова: 1 – Дзюмба – квели – камитоли – камикадзе

2 – Ква – ква – ква – кварадзе

3 – Тумба – тумба – тумба.

Вариант 2 (4 группы):

Ква-ква-ква-кварадзе

Пи-пип-ля-си-пуа

Дзюмба-квели-камитоли-камикадзе

Тумба-тумба-тумба-тумба

10. «Нарисуй свой страх, тревогу, гнев» - Студент 1

Необходимо изобразить то, что вызывает страх, тревогу, гнев, то есть негативные эмоции. Затем, не обсуждая рисунок, спросить, что автор рисунка чувствовал во время рисования. Ведущий предлагает: «Теперь вы можете сделать все, что хотите со своими негативными эмоциями», «Вы можете избавиться от них: разорвать, скомкать, выбросить».

11. Упражнение «Солнце» - Студент 2.

Цель: анализ собственного потенциала. Членам группы предлагается на листе бумаги нарисовать солнце. На каждом его луче подписать то, что помогает противостоять трудным ситуациям (качества, черты личности, ценности и т.д.). По окончании данного блока желающие могут озвучить и объяснить свои рисунки.

12. Обсуждение занятия – Студент 3, 4.

Цель: анализ полученных на занятии знаний, умений, реализация обратной связи. Ответы на вопросы: Что понравилось? Что не понравилось? Что было самым запоминающимся? и т.д.

4.5. Разработка занятия студентов колледжа со школьниками на тему «Я и мое здоровье»

Пояснительная записка

Данное занятие ориентировано на 6-8 классы. Этот возраст выбран не случайно. По статистике именно в этом возрасте дети впервые пробуют психоактивные вещества. Если же «возраст первых проб» благополучно пройден, то значительно снижается вероятность, что подросток захочет в дальнейшем экспериментировать с психоактивными веществами (ПАВ). Студенты, которые проводят данное мероприятие, помогают ребятам избежать ошибок в своей жизни, а также и сами получают дополнительный стимул к здоровому образу жизни.

Время: 1 академический час.

Цель: Формирование мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи:

1. Развитие и уточнение понятийных представлений детей о здоровье.
2. Воспитание отношения к здоровью как к ценности.
3. Стимуляция творческой активности в отношении укрепления потенциала здоровья.
4. **Материалы:** бумага, фломастеры, маркеры, скотч, карандаши, ручки, ватман, призы.

Ход занятия:

1. Приветствие

- Здравствуйте!

Что я сейчас сделала?

(Поздоровались)

- А что означает это слово: «здравствуйте»?

(Пожелание здоровья)

- Каждый раз, когда мы встречаемся, или когда поздравляем друг друга с праздником, или когда кто-то чихает, желаем друг другу здоровья.

- И сегодня Вас приветствует волонтерский отряд СПБТК «*****» и желает Вам (хором) здоровья.

2. Знакомство

Участникам предлагается назвать свое имя и рассказать о том, что им помогает поддерживать себя здоровым, в хорошем самочувствии.

3. Разминка «Грузинский хор»

Состояние нашего здоровья во многом зависит от нашего настроения. Мы Вам предлагаем поднять свое настроение.

Участники делятся на 3 группы, каждая группа получает задание хором пропеть определенные слова: 1 – Дзюмба – квели – камитолы – камикадзе

2 – Ква – ква – ква – кварадзе

3 – Тумба – тумба – тумба.

4. Понятие здоровья

Давайте разберемся, что стоит за этим словом - «здоровье»

Половине аудитории дается задание нарисовать здорового человека, а другой половине - очень больного человека. Рисунки вывешиваются для всеобщего обозрения. Ребятам предлагается дать определение: что такое здоровье. Ведущий обобщает ответы учащихся, затем вводит определение здоровья Всемирной Организации Здравоохранения как состояния полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствия болезней и физических дефектов. Далее

участникам предлагается из всех рисунков выбрать тот образ, который наиболее соответствует здоровому человеку. Автор данного рисунка награждается призом.

5. Упражнение «Мифы»

Ведущий предлагает мифы, связанные с употреблением ПАВ. Участникам, в случае своего согласия с фразой, необходимо откусить яблоко.

- Курение помогает в горе - *умерший не оживет оттого, что я покурю.*
- В жизни все нужно попробовать - *а никому не приходило в голову из любопытства попробовать собачьи экскременты?*
- Курение - символ независимости - *ты просто предпочитаешь зависимости от родителей зависимость от сигареты.*
- С сигаретой я выгляжу более взрослым (крутым) - *если ты увидишь, как курит ребенок из детского сада, ты подумаешь, что он взрослый?*
- Существуют слабые наркотики, которые не вызывают зависимости – *все наркотики вызывают зависимость.*
- Наркоманы и алкоголики – это слабые, безвольные люди – *зависимость от ПАВ – это заболевание, которое не имеет отношения к силе воли.*
- Наркотик можно попробовать до 3-х раз и ничего не будет – *при однократном употреблении наркотика след в памяти, запустивший разрушающий процесс, остается на всю жизнь.*
- Без употребления ПАВ человек в современном мире не может расслабиться.

В конце работы ведущий комментирует, отделяя правдивую информацию от «мифов». На каждый «миф» приводится эмоциональное и образное опровержение.

Яблоко, в данном случае, является символом здоровья. Ребятам предлагается посмотреть, что станет с их здоровьем, если они будут следовать этим мифам.

6. Викторина о здоровье

Учащимся по очереди задаются вопросы. Ответивший правильно получает жетон. Самый сообразительный, набравший наибольшее количество жетонов, награждается призом.

Вопросы заготавливаются заранее педагогом и учащимися.

- 1) Жвачка сохраняет зубы (нет)
- 2) Кактусы снимают излучение от компьютера (нет)
- 3) От курения ежегодно погибает более 10 тысяч человек (да)
- 4) Есть безвредные, легкие наркотики (нет)
- 5) Молоко полезнее йогурта (нет)
- 6) Недостаток солнца вызывает депрессию (да)
- 7) Детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой (да)
- 8) Ребенку и подростку достаточно спать ночью 8 часов (нет)
- 9) Нужно есть 2 раза в день? (нет).
- 10) Прыжки полезны для позвоночника? (нет).
- 11) Игра в компьютер тренирует реакцию? (да).
- 12) Сигарета- это наркотик? (да).
- 13) Нужно пить менее 1 литра в день? (нет).
- 14) Губы красить полезно? (да).

7. Скрепка

Цель: показать необратимость процесса употребления ПАВ.

Ведущий предлагает участникам разогнуть скрепку, затем попытаться вернуть её в первоначальное положение. Ведущий проводит аналогию с процессом влияния ПАВ на человека и невозможности без последствий вернуться к тому состоянию здоровья, которое было до начала употребления наркотиков.

8. Табу

Цель: проанализировать отношение к запретам.

Ведущий ставит в центре небольшую коробку, в которой что-то лежит. «Там лежит то, чего нельзя». Добровольцам предлагается проявить себя в отношении предмета. Участники могут вставать, оставаться на месте, выражать свое отношение мимикой или жестами, подходить к коробке, брать в руки, заглядывать – каждый как считает нужным. Если кто-то ничего не предпримет – это тоже будет его способом реагирования на ситуацию.

10. Наше занятие подходит к концу и в заключение нам бы очень хотелось обратиться к вам с призывом.

- Мы молоды, а значит, жизнь прекрасна!

Но может быть она ещё опасной.

Когда подстережет из-за угла чужая связь и острая игла!

И хочется тебе под кайфом жить,

Но этот кайф придет тебя убить!

Есть слово страшное. Такое слово СПИД.

В нем жизнь твоя без времени сгорит.

- Можно просто дружить,

На гитаре играть,

И в походы ходить,

И друзей собирать.

Можно рок полюбить, можно рэп прочесть,

Нужно жизнь так любить, чтобы не умирать!

Нам бы очень хотелось, чтобы все здесь присутствующие и вся молодежь планеты решили для себя:

- Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ (хором).

4.6. Конкурс творческих и исследовательских работ «Мы за здоровый образ жизни» среди студентов колледжа

1. Общие положения

1.1. Положение о конкурсе творческих и исследовательских работ «Мы за здоровый образ жизни» (далее – Конкурс) среди студентов ГБПОУ «Санкт-Петербургский технический колледж» (далее - Положение) определяет цели и задачи Конкурса, порядок его организации, проведения, подведения итогов и награждения победителей.

1.2. Конкурс проводится в рамках Программы «Профилактики асоциальных явлений в ГБПОУ «Санкт-Петербургский технический колледж» на 2020/2021 учебный год».

2. Цели и задачи конкурса

2.1. Конкурс проводится в целях совершенствования деятельности по профилактике наркомании в молодежной среде.

2.2. Задачам конкурса являются:

а. пропаганда здорового образа жизни, формирование активной гражданской позиции студентов и преподавателей государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Санкт-Петербургский технический

колледж» (далее - ГБПОУ СПбТК) в сфере профилактики наркомании и наркопреступности;

б. выявление и развитие творческих способностей студентов;

в. создание условий для самореализации студентов в сфере творческой деятельности.

3. Организаторы конкурса

3.1. Организатор Конкурса - ГБПОУ «Санкт-Петербургский технический колледж».

3.2. Руководство Конкурсом осуществляет Организационный комитет (далее - Оргкомитет), состоящий из преподавателей и сотрудников социально-психологической службы ГБПОУ СПбТК.

3.3. Оргкомитет ведёт работу по подготовке и проведению Конкурса, определяет состав Жюри Конкурса, критерии оценки, формирует экспертные комиссии по номинациям, проводит награждение победителей.

4. Участники конкурса

4.1. В Конкурсе принимают участие студенты ГБПОУ СПбТК.

4.2. Участие в Конкурсе является добровольным.

4.3. Участники Конкурса обязаны предоставить конкурсную документацию в соответствии с п. 6 Положения в установленные Оргкомитетом сроки.

4.4. Все полученные Оргкомитетом материалы не возвращаются.

5. Организация конкурса

5.1. Конкурс включает в себя следующие номинации:

- Конкурс исследовательских работ «Слагаемые здорового образа жизни».
- Конкурс творческих работ на тему здорового образа жизни.
- Конкурс идей социальной рекламы здорового образа жизни.
- Конкурс социальных плакатов «Скажи жизни – Да! Наркотикам – Нет!».
- Конкурс синквейнов «Молодежь за ЗОЖ».
- Конкурс буклетов «Туризм – территория здорового образа жизни».

5.2. Конкурс состоит из трех этапов:

- 1 этап - предварительный конкурсный отбор конкурсных работ в образовательном учреждении (со 1 по 30 апреля 2021 года);
- 2 этап (оценочный) - оценка Жюри представленных работ (с 4 по 7 мая 2021 года);

• 3 этап (заключительный) - награждение победителей и призеров Конкурса (14 мая 2021 года).

5.3. Победители Конкурса награждаются дипломами I, II, III степени по каждой номинации.

5.4. Преподаватели, выполнявшие функции руководителя и подготовившие победителей Конкурса, награждаются дипломами ГБПОУ СПбТК.

5.5. Итога Конкурса будут опубликованы на официальном сайте Колледжа в течение трех дней после его завершения.

6. Требования, предъявляемые к конкурсной работе и ее оценка

6.1. Работы принимаются без предварительного отбора по одной из шести номинаций, представленных в п. 5.1 данного Положения.

6.2. Работы предоставляются в печатном или электронном виде.

6.3. Критерии оценивания работ:

- соответствие теме и полнота ее раскрытия;
- оригинальность и эмоциональная выразительность;
- практическая ценность демонстрируемого опыта и возможность его использования в пропаганде ЗОЖ;
- жанровое соответствие и культура оформления.

6.4. Оценивание конкурсных работ.

Выставление оценок за представленную на конкурс работу производится по 5-балльной шкале за каждый из критериев. Максимальное суммарное количество баллов - 20.

Каждая работа оценивается тремя членами жюри, в случае разногласий решающий голос принадлежит председателю жюри.

Лауреатами Конкурса считаются три участника в каждой номинации, набравшие наибольшее количество баллов.

6.5. Оформление конкурсной работы:

6.5.1. Номинация Исследовательская работа «Слагаемые здорового образа жизни».

На конкурс принимаются исследовательские работы и проекты, носящие аналитический и/или исследовательский характер, и посвященные проблемам здорового образа жизни, здорового питания, спорта, организации досуга и пр. Рекомендуемый объем – от 15 до 30 ст.

Структура конкурсной работы должна включать в себя следующие элементы:

- титульный лист;
- содержание самой работы.

Титульный лист конкурсной работы оформляется по образцу (Приложение №1).

6.5.2. Номинация Конкурс творческих работ на тему здорового образа жизни.

На конкурс принимаются работы, отражающие собственный взгляд автора или авторов на проблему наркомании, осмысление студентами ценностей, принципов, моральных смыслов, обуславливающих выбор здорового образа жизни.

Конкурсные работы по данной номинации должны быть написаны в жанре эссе. (Эссе - прозаическое сочинение небольшого объёма и свободной композиции. Эссе выражает индивидуальные впечатления и соображения автора по конкретному поводу или предмету и не претендует на исчерпывающую или определяющую трактовку темы).

Примерная тематика работ:

1. «Я здоровье берегу».
2. «Моя семья и ЗОЖ».
3. «Как правильно питаться современному студенту».
4. «ЗОЖ в современном кинематографе».

Структура конкурсной работы должна включать в себя следующие элементы:

- титульный лист;
- содержание самой работы.

Титульный лист конкурсной работы оформляется по образцу (Приложение №1).

Объем конкурсной работы не должен превышать 4-х страниц формата А-4 (включая титульный лист); Microsoft Word, шрифт Times New Roman, размер шрифта 14, интервал - 1,5, выравнивание по ширине, абзацный отступ- 1,25 см, поля: левое - 3 см, правое - 1,5 см, верхнее и нижнее - 2 см.

Страницы должны быть пронумерованы (кроме титульной).

6.5.3. Номинация Конкурс идей социальной рекламы здорового образа жизни

Конкурсные работы представляются в бумажном или электронном виде. Концепция идеи социальной рекламы должна содержать четкий алгоритм изложения рекламы, указаны способы визуализации, оригинальный замысел для поддержания здорового образа жизни.

6.5.4. Номинация Конкурс социальных плакатов «Скажи жизни – Да! Наркотикам – Нет!»

На конкурс принимаются плакаты, выполненные на бумаге в формате А2 (1/2 листа ватмана или А1 (лист ватмана). Плакаты могут быть выполнены в любой технике. Подписываются работы на оборотной стороне: группа, фамилия, имя, название работы. Желательно наличие в замысле плаката яркого и запоминающегося образа. Текст должен быть кратким, лаконичным, оригинальным.

6.5.5. Номинация Конкурс синквейнов «Молодежь за ЗОЖ»

Конкурсные работы предоставляются в форме синквейна.

Синквейн — это творческая работа, которая имеет короткую форму стихотворения, состоящего из пяти нерифмованных строк (см. Приложение 2).

1 строка – одно существительное, выражающее главную тему синквейна.

2 строка – два прилагательных, выражающих главную мысль.

3 строка – три глагола, описывающие действия в рамках темы.

4 строка – фраза, несущая определенный смысл.

5 строка – заключение в форме существительного (ассоциация с первым словом).

Чёткое соблюдение правил написания синквейна не обязательно. Например, для улучшения текста в четвёртой строке можно использовать три или пять слов, а в пятой строке — два слова. Возможны варианты использования и других частей речи.

6.5.6. Номинации Конкурс буклетов «Туризм – территория здорового образа жизни»

Конкурсные работы предоставляются в бумажном виде, а также на оптических носителях (CD или DVD). Форматы файла: JPG /PDF; разрешение 1920x1080р, не более 10 МБ.

7. Состав жюри Конкурса

...

8. Награждение призеров конкурса

Победителям Конкурса вручаются дипломы. Преподаватели, подготовившие победителей Конкурса, награждаются дипломами ГБПОУ СПбТК. Награждение победителей осуществляется представителем жюри после подведения итогов Конкурса на общей линейке колледжа.

ГЛАВА 5. ПЕРВЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Мы реализовывали этот проект в с 2019 года по настоящее время. Вначале нас было всего несколько человек, но потом к нам начали присоединяться ребята, не равнодушные к данной проблеме. Также мы получили большую поддержку от администрации и преподавателей.

Некоторыми студентами даже были подготовлены и проведены дополнительные мероприятия, первоначально не вошедшие в программу. Так, одной из групп студентами был подготовлен и реализован проект классного часа «Трудности личностного роста» (см. Приложение 2). Другой группой начата реализация проекта «Дай лапу», «Экология моей жизни». Активу студенческого самоуправления совместно с преподавателями удалось организовать ежегодное проведение конкурса исследовательских и творческих работ студентов колледжа «Мы за здоровый образ жизни!» (см. Приложение 3). Растет число номинаций, работ студентов.

С целью отслеживания динамики развития студентов и определения (уточнения и корректировки) дальнейших задач работы в мае месяце студентам было предложено пройти повторное тестирование по методике Д.А. Леонтьева СЖО, анкетирование уровня воспитанности.

Как показало исследование, по сравнению с началом года значимо выросли показатели осмысленности жизни, Локуса контроля-Я, Цели в жизни, наметились тенденции к увеличению показателей по шкалам Локус контроля-жизнь, Процесс жизни.

Таблица 8

Статистические значимые различия между данными 1 и 2 замера
(по методике СЖО Д.А. Леонтьева)

Шкалы СЖО	Замер 1	Замер 2	Значимость различий по критерию Манна-Уитни
1. Общий показатель ОЖ	37,14±1 6,85	58,09 ±12,65	0,000
2. Цели в жизни	14,31±1 1,85	28±1 3,01	0,005
3. Процесс жизни	14,51±1 2,17	23,94 ±11,98	0,003
4. Результативность жизни	13,26±1 0,52	20,54 ±10,98	0,003
5. Локус контроля-Я	12,69±9, 14	22,91 ±10,3	0,000
6. Локус контроля-жизнь	15,63±1 2,47	28,46 ±12,17	0,003

Это свидетельствует о росте целеустремлённости, развитии временной перспективы, формировании представлений о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле.

Таблица 9

Анкета уровня воспитанности студентов колледжа (замер 2)

Исследуемые показатели	Всего	
	с	э
Долг и ответственность	,7**	,7*
Бережливость	,82	,66
Дисциплинированность	,7	,7
Ответственное отношение к учебе	,77	,71*
Отношение к общественному труду	,76	,7*
Коллективизм, чувство товарищества	,73	,71*
Доброта и отзывчивость	,78	,7
Честность и справедливость	,76	,7
Простота и скромность	,68	,64
Культурный уровень	,63	,66
Общий показатель уровня воспитанности	,73	,71*

Примечание: * – уровень значимости различий $p \leq 0,05$, ** - уровень значимости различий $p \leq 0,01$ (по критерию Манна-Уитни)

Уровни воспитанности

0,6 – ниже среднего

0,7-0,8 – средний

0,9 – выше среднего

1 – высокий

Отмечается положительная динамика и относительно выраженности отдельных нравственных качеств (долг и ответственность, отношение к учебе, отношение к труду, общий показатель воспитанности (согласно экспертной оценке)). Вместе с тем, необходимо обратить внимание на повышение культурного уровня студентов, расширения общего кругозора, продолжить работу по формированию субъектной позиции по отношению к собственной жизни (убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь). При выборе мероприятий следует отдавать предпочтения активным формам и методам работы, проектам социальной и профессиональной направленности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема наркомании среди молодежи с каждым годом становится все острее и острее. В профилактической работе с молодежью наиболее эффективным является проведение занятий волонтерами, так как общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное. При этом известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми. Волонтерское движение объединяет молодых людей и взрослых в эмоционально насыщенной, общественно полезной деятельности. Участие в волонтерском движении помогает молодым людям осознать себя, свои ценности и сопоставить их с духовными и общественными ценностями, определить и сформировать свое отношение к творческой полноценной жизни человека как к цели, к которой надо стремиться.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская, К.А. Время личности и время жизни / К.А. Абульханова-Славская, Т.Н. Березина. – СПб.: Алетейя, 2001.– 304с.
2. Вайнер Э. Н. Особенности воспитания культуры здоровья в системе общего образования/Э. Н. Вайнер// ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. — №5. – С.47-59.
3. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учебное пособие. - М.: Академия, 2001. - 320 с.
4. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003 с. – 272с.
5. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. - М.: Педагогическое общество России, 2004. - 416 с.
6. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. М.: Интерфакс, 1995.

Тренинговое занятие «Письмо» (фрагмент)

Цель: отработка механизмов понимания (рефлексии, идентификации, эмпатии) и конструктивной обратной связи.

Время выполнения: 2 ч.

Задание 1. Прочитайте отрывок из письма. Напишите ответ. Аргументируйте свою позицию.

Я оказался в больнице, потому что не могу спать. Дошло до того, что я заснул у нашего декана на лекции, был еще тот скандал. «И после всего, что я для вас сделал, молодой человек...».

Тренер говорит, что мне надо подлечить нервы. И вообще, не стоит так переживать из-за соревнований. Но мне наплевать на тренировки. Я не могу спать, потому что хочу... Не буду писать правду, чтобы сайт не закрыли. Просто мне надо с кем-то посоветоваться. Но точно не с психиатром. С нормальным человеком. Буду рад, если кто-то откликнется.

Такое дело...

Недавно у меня умерла мать. У нее не выдержало сердце. Нет, не так. Она порезала себе вены, а когда ее пытались спасти, ее сердце не выдержало, и меня отправили жить к отцу. Я его давно не видел. Он ушел, когда я был маленьким. Он мог много раз помочь нам, но не помог.

Моя мать очень любила отца, и когда он ушел, это была катастрофа. Она пила, бабушка пила, а он приезжал к нам по выходным и говорил, что бросил ее, не меня, и даже не бросил... «Мы разошлись», «мне надо о многом подумать», «мы с твоей матерью по-разному смотрим на будущее». Честно говоря, мне не было дела до этого будущего, мне нужно было только настоящее. Потом мать познакомилась с одним военным, вышла замуж, бабушка умерла, все как-то более или менее наладилось, хотя я терпеть отчима не мог. Знаю, что это нормально. Детская ревность или что-то там еще. Но на самом деле он был порядочным человеком. Не давал матери пить. Я его не любил, потому что единственным способом его воспитания был кулак, а я считал, что со мной можно и спокойно поговорить. Но в целом, он был неплох. Научил меня стрелять, брал на охоту, рыбалку, несмотря на то, что я порядком доставал его. А потом его убили. В случайно драке. Налетели его родственнички - и выселили нас из дома, и мы оказались на улице. В прямом смысле слова. Потом деньги закончились, и мать позвонила своему брату, моему дяде. Она была гордая. Да и отец перестал появляться, после того как в ее жизни нарисовался полковник. Мы ему отправили открытку на мой день рождения, что все хорошо, что мы переехали и живем ладно.

Извините, что так длинно формулирую вопрос. Но тут есть один скользкий момент. Короче, дядя был непрост. Он принял нас, приветил, обеспечил всем. Никогда не попрекал, что мы ели чужой кусок хлеба, давал

матери денег на выпивку. А потом кое-что почти случилось, и я поехал к отцу. Надеюсь, вы понимаете. Не хочу говорить напрямик.

Собрал вещи, вылез из окна, на последние деньги билет на поезд. Дурак. Я сглупил.

Я думал, отец пригласит меня домой хотя бы на минутку, а он даже не дал мне толком выйти из машины. Просто закинул меня обратно в такси, дал денег и попросил водителя отвезти меня на вокзал.

«Мне надо уезжать, ты же понимаешь...».

У него была какая-то важная командировка. Новая работа.

Не знаю, почему я должен был всегда все понимать, а он нет.

Поезд пришел в 3 часа ночи, к отцу я приперся в 5 утра. Нормальное время. Все по-взрослому.

Короче, я сглупил второй раз, и рассказал все матери. В тот же день мы собрали вещи и ушли. В никуда. Деньги, захваченные с собой, скоро закончились, и мы оказались на улице, теперь уже по полной программе. Потом нас приютил один старик, мы заехали в его гараж, а потом мать нашла нового мужа. Та еще была сволочь. Он торговал наркотиками, быстро сел, но успел посадить мать. Я не сразу понял. Мне казалось, она бросила пить.

Вы не подумайте. Она была хорошая. Но слабая. Она заботилась обо мне, как могла. А когда поняла, что больше не может, написала записку с адресом отца, залезла в ванну и вскрыла себе вены.

Крутая история? Только не пишите, что как в кино. Когда мать еще пыталась лечиться, я одно время жил в соцприюте. Там встречаются истории и похуже. Мне повезло. Все, что случилось со мной, не катастрофично.

Мне есть, куда идти. У меня богатый отец. Представляете, он разбогател. У него получился свой бизнес!..

Мать всегда говорила, что семья мешала ему. А я теперь не мешаю. Я взрослый. У меня остался 1 год, чуть меньше, и он мне будет не нужен.

Только в последнее время я думаю о том, а стоит ли мне ждать этот год. Один мой знакомый сказал: плюнь и забудь. А я не могу. Прошлое – не узел. Его нельзя развязать и пойти дальше. С некоторыми вещами приходится жить. Я вот только одного не понимаю: кто виноват в ее смерти больше – он или я? Ведь я, когда от него ехал, все знал: и какой он подлец, и какая мать гордая, и что ничего у нас нет, и никого, никаких родственников. Моя мать воспитывалась в детском доме, она сирота. Отец тоже вроде один. Я ведь не был не глупым, не наивным тогда. И потом, когда она бросила лечиться второй раз.

Когда я увидел ее в ванной... не знаю, что было первым: горе или облегчение от того, что она умерла. Умирает. Нет, я не хотел к отцу. Просто жить с ней было уже очень тяжело. Но она никогда не предавала меня. А я, получается, предал. Кто знает о чем я говорю, тот понимает.

Вот я и думаю. На том свете есть свой суд, а на этом?..

Мне кажется, что когда-нибудь я убью его. Это моя навязчивая мысль. Но я обещал матери перед смертью... что сделаю со своей жизнью все правильно.

А как правильно?

Может, мне и в самом деле лечь в психушку, полечиться? Может, это самое место для таких, как я?

Я туда не пойду.

Но и ночевать под одной крышей с Ним не могу.

Идти мне некуда. Друзей у меня нет. По улицам я наилялся достаточно. Не хочу такой жизни. А может мне не жить? Это я могу.

Но я не хочу сдаваться. Не хочу быть слабым. Короче, черкните, если можете, пару фраз о том, что жизнь прекрасна. Есть идеи, что мне делать?

Только не приглашайте к себе. Не хочу быть побитой собакой на коврике. Я могу сам о себе позаботиться, мне бы только решить: надо ли мне это или нет?

Задание 2. Ответьте на вопросы:

- Что помогает лично Вам находить понимание с другими людьми?
- Чем доверие отличается от зависимости? Эмпатия от манипуляции?
- Какая ситуация для Вас может служить примером взаимопонимания между людьми? Почему?

Мы часто слышим от других людей слово «должен». Настолько часто, что оно звучит внутри нас, заставляя подчиняться или, что по своей сути есть одно и то же, действовать на зло, наперекор. Нами могут руководить люди, ситуации, а также собственные установки. Очень часто какая-то часть личности сопротивляется этому «должен», но человек подчиняется, подавляя ее. Он говорит: «Я должен быть гордым» - и не позволяет себе простить друга, мучаясь при этом, или «Я должен поддерживать их. Я должен быть заботливым» и заботится о людях, предпочитающих жить за счет чужой активности. Если человек руководствуется в основном «долженностями - недолженностями» - это значит, что настоящий хозяин положения не он сам, а какие-то посторонние авторитеты. Эти авторитетные «должен-не должен» могут совсем не соответствовать конкретной ситуации. Часто они бывают просто сомнительными. Если вы считаете, что непременно должны быть на вечерней «тусовке» во дворе, среди сверстников, вами руководит «тусовка». Если вы идете в школу только потому, что должны туда ходить, вами руководит школа. И в том и в другом случае бывает так, что решение принять не вами.

Всякий раз, когда человек что-то должен, он может превратить это в «хочу». Качество общения, учебы, работы неизмеримо возрастает, если решения принимаются сознательно, а не под давлением чувства долга. «Когда мне кто-то говорит «Ты должен», во мне сразу само собой звучит «Не буду». Нам кажется, что мы можем только подчиняться или восставать. Если мы подчиняемся, остается чувство обиды. Если восстаем, возникает неприязнь и та же обида. Оба способа реагирования толкают нас к какой-то форме мести – себе или другим людям.

Если мы сами выбираем отношение к той или иной ситуации, мы проявляем волю. Для этого надо сознательно сосредоточиться на наилучшей мотивации для данного дела или каких-либо действий. Замените утверждения, вынуждающие вас на что-либо, на утверждения, содержащие личный выбор.

Я должен

**Мать разозлиться, если я не пойду с ней
матери, пойдя с ней**

**Я должна выгладить белье на всю семью
чтобы моя семья была опрятна одета**

**Я должен работать на даче
почувствовать себя взрослым**

Я хочу

Я хочу доставить радость

Я выглажу белье,

Это прекрасный способ

Переход от «я должен» к «я хочу» означает, что человеку будет легче бороться не только со своими «долгами», но и с «долгами», возложенными на него другими. Быть может, в настоящий момент у вас есть несколько дел, которые вам не по душе. И если вы, так или иначе, все равно занимаетесь ими, почему бы не выбрать к ним другое отношение, чтобы вместо скуки или раздражения испытать удовольствие? Такой сознательный выбор может превратить неудачный день в удачный.

Влияние личности быстро начинает расти, когда желание и действительность начинают совпадать. Бессильное, серое существование превращается в жизнь по своему выбору.

Исход наших действий зависит только от нас самих.

Секрет богатых и знаменитых вовсе не в их патологической везучести, а в принципиально ином отношении к неудачам: для них любой промах – побуждение к действию. Великая Эдит Пиаф, голос 20 века, начинала свой путь уличной бродяжкой, которая зарабатывала деньги, развлекая песнями прохожих. Она родилась на тротуаре, воспитывалась в борделе, десятки раз попадала в катастрофу, чудом оставаясь в живых.

От нее отворачивались те, кто потом говорил, что если бы не они, не их вера в нее, она никогда бы не прославилась. Но она жила каждый день так, как будто завтра должна была умереть.

Мадонна. Ведь она когда-то жила в бедности и питалась кукурузными хлопьями, подрабатывая то натурщицей, то гардеробщицей. Но она бросалась в работу, как олимпийская чемпионка в бассейн. Именно яростная жажда жизни и победы, жажда успеха возвела ее на Олимп.

Гораздо лучше человеку выполнять свои обязанности,
Пусть даже несовершенным образом,
Чем чужие – в совершенстве.
Лучше изведать неудачи,
Исполняя свой собственный долг,
Чем выполнять долг чужой,
Ибо следовать по чужому пути опасно.
Бхагават-Гита

Самое трудное - это научиться использовать ресурсы собственно «Я» и направлять их на достижение успехов. Множество людей по разным причинам часто не имеют представления о том, чтобы они хотели делать, к чему стремиться. Это тоже проявления инфантилизма. По своей природе человек чем-то напоминает велосипед, который в состоянии сохранять равновесие только в движении по направлению к чему-либо. Если человек не ставит цель перед собой сам, за него это сделают другие. С одной стороны, ситуации, когда решения принимают за нас, достаточно удобны: не надо принимать ответственность за свой выбор, легко оправдать свою неудачу – «а мне этого и не хотелось». С другой стороны, и в случае успеха человек добьется выполнения не своего желания, и, таким образом, оказывается в ситуации вечной неудачи. Но есть люди, которым нравится быть неудачниками.

Если людям предложат выбирать
Между счастьем и несчастьем,
Они скорее всего выберут второе,
Потому что они слишком много в него вложили.
Ошо

Э.Берн, американский психотерапевт, условно разделял всех людей на победителей, неудачников и непобедителей.

Победитель – знает, что он хочет и стремится к этому.

Неудачник – знает, что он хочет, но не желает тратить силы на достижение целей, предпочитая оставаться несчастным и получая максимум выгод из своего положения в виде жалости других, ровной жизни без рисков, взлетов и падений и т.д.

Непобедитель – не знает своих желаний и выбирает цели других. Как результат – даже в ситуации успеха они чувствуют себя несчастными и не удовлетворены жизнью.

Победитель		Неудачник		Непобедитель	
+	-	+	-	+	-

Выбор кем быть – осуществляет сам человек. Как и выбор цели своей жизни и отдельных действий.

Любая жизнь, какой бы долгой и сложной она ни была,
состоит из одного момента – того момента,
когда человек понимает раз и навсегда, кто он.

Хорхе Луис Борхес

Но достаточно ли просто имеет цель? Необходимо еще приложить усилия, чтобы ее достичь, то есть иметь хорошо сформированные волевые качества.

Многие люди, когда говорят о целях, о своих планах на далекое или недалекое будущее, акцентируют внимание на недостатках времени, как бы оправдывая себя в недостижении той или иной цели. Отношения человека со временем является первичным показателем его личностной зрелости и успешности. Гармоничные отношения со временем означают две вещи:

- способность жить настоящим, то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, а не как подготовку к будущему или как роковое следствие прошлого;

- способность ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, то есть видеть свою жизнь целостной.

Вопросы отношения со временем очень актуальны в любом возрасте. Обратите внимание, как вы относитесь к словам «понадобится еще пятнадцать лет...». Тоскливо. Правда? Пятнадцать? Шестнадцать? Сколько бы ни было, все равно прожитые годы воспринимаются как пролетевшие мгновения. Вроде бы жизнь была, а вроде бы все это было лишь сном. Пролетит еще пятнадцать лет, и они тоже превратятся в мгновение. Теперь оглянитесь назад и вспомните, как вы собирались, например, бегать по утрам или изучать язык. Прошло время, а вы до сих пор собираетесь, хотя надо было потратить всего двадцать минут в день.

Упражнение «24 часа»

Чертим большой круг – срез типичного дня. Сколько времени у вас уходит на сон, школу, друзей, домашнее задание, семью, одиночество, работу по дому, на все остальное. Глядя на круг своей жизни, задайте себе следующие вопросы: Довольны ли вы тем, как проходит день? Пусть в идеале, но какие границы хотелось бы изменить в этом круге? Что легко и что трудно изменить в вашей жизни? Чего не хватило для верного отображения вашей жизни? Почему все-таки мы ждем и стремимся к изменениям?

«Но я не могу! Если я изменю, свое поведение, то...». Действительно, не в наших силах изменить последствия своего решения. Наша свобода заключается лишь в решении делать осознанный выбор и выбирать его цену.

Примечание: выписки из различных словарей

Свобода – отсутствие каких-либо ограничений, стеснений в деятельности

- сознательный выбор человека из ряда возможных направлений в его мыслях и поступках какого-либо одного направления

- способность человека действовать в соответствии со своими интересами и целями, опираясь на знание объективной необходимости

- реализация своих творческих замыслов, воплощение намеченных задач

- не стесняемой никакими ограничениями развитие сил и способностей, полное раскрытие личности

- степень самостоятельности личности, возможность и полнота удовлетворения потребностей, развития способностей

- наличие прав и их гарантированность

- один из основополагающих принципов правового государства

Границы нашей свободы, а, следовательно, и ответственности за свою жизнь меняются с течением времени. Попробуйте проанализировать подобные изменения на примере своей жизни.

Я свободен в принятии решений

Раннее детство

Настоящее время

Взрослая жизнь

Ограниченность нашей жизни приводит к ограниченности нашего выбора. «Все красивые ракушки на морском берегу собрать невозможно», - сказал Энн Морроу Линдьерг. С точки зрения прагматизма и выгоды зрелось и инфантилизм мало чем отличаются друг от друга. Более того, оставаться «вечным ребенком» энергетически более выгодно для нашего телесного существования. Но и за это приходится платить: чувством неприкаянности, чуждости жизни, происходящей вокруг. Зато это лучшее средство сохранять раз достигнутое. В конце концов, весь выбор между зрелости и инфантилизмом касается одного – оставаться с тем, что имеешь и терять свои преимущества постепенно или стремиться к изменениям, несущим нам как положительные, так и отрицательные переживания.

Воин берет свою судьбу,
Какой бы она ни была,
И принимает ее в абсолютном смирении.
Он в смирении принимает себя таким, каков он есть,
Но не как повод для сожаления,
А как живой вызов.
Карлос Кастанеда. Сказка о силе.

О, если ты спокоен, не растерян,
Когда теряют головы вокруг,
И, если ты себе остался верен,
Когда в тебя не верит лучший друг,
И, если ждать умеешь без волнения,
Не станешь ложью отвечать на ложь,
Не будешь злобен, став для всех мишенью,
Но и святым себя не назовешь,
И, если ты своей владеешь страстью,
А не тобою властвует она,
И будешь тверд в удаче и в несчастье,
Которым в сущности цена одна,
И, если ты готов к тому, что слово
Твое в ловушку превращает плут,
И, потерпев крушение, можешь снова
Без прежних сил возобновить свой труд,
И, если ты способен все, что стало
Тебе привычным, выложить на стол,
Все проиграть и все начать сначала,
Не пожалев того, что приобрел,
И, если можешь сердце, нервы, жилы
Так завести, чтобы вперед нестись,
Когда с годами изменяют силы
И только воля говорит: «Держись!»
И, если можешь быть в толпе собою,
При короле с народом связь хранить
И, уважая мнение любое,
Главы перед молвою не клонить,
И, если будешь мерить расстоянье
Секундами, пускаясь в дальний бег,
Земля — твое, мой мальчик, достоянье,
И, более того, ты — человек!

Подведение итогов.

Сочинение синквейнов.

Синквейн

Нерифмованные пятистишия

1 – название темы, выраженное одним словом (существительным или местоимением)

2 – определение темы в двух прилагательных или причастиях

3 – три глагола, показывающие действия в рамках данной темы

4 - фраза из 4 слов, показывающая отношение автора к теме

5 – завершение темы, синоним первого слова, выраженный любой частью речи.

Свобода.

Независимая. Самостоятельная.

Мыслить. Делать. Быть.

Всего дороже на свете.

Полет.

Ответственность.

Самостоятельная. Честная.

Была. Есть. Будет.

Тяготит тебя или радует.

Свобода.

Достоинство.

Личное. Возвышенное.

Ценить. Отвечать. Уважать.

Достигай величия любой ценой.

Честь.

Выбор.

Свободный. Достойный.

Искать. Пробовать. Действовать.

Ответственное решение здравомыслящего человека.

Поиск.

Тренинг «Алгоритмы делового взаимодействия»

Цель: ознакомиться с основными правилами организации делового взаимодействия при решении управленческих задач. Отработать навыки организации делового взаимодействия в различных условиях.

Время выполнения 6 ч.

Основные теоретические положения

Задача - цель, данная в определенных условиях (по А.Н. Леонтьеву), которая достигается путем определенного преобразования этих условий.

Специфика управленческих задач:

- а) задачи могут содержать неопределенные, а в некоторых случаях и противоречивые условия,
- б) в задаче может отсутствовать достаточная информация о возможных средствах ее решения,
- в) отсутствуют четкие алгоритмы решения,
- г) задачи часто решаются в условиях дефицита времени и/или ресурсов.

Выработка **установки на успех** в процессе решения задач управления включает в себя:

1. Четкое осознание поставленной цели.
2. Личностное осмысление цели.
3. Четкое представление объективной управленческой ситуации, содержащей заданную цель
4. Продвижение к цели должно иметь место даже при наличии неполной информации.
5. Включение системы обратной связи.
6. Каждый шаг продвижения к цели должен сопровождаться установкой на получение релевантной информации.
7. Уверенность в себе, своих возможностях, способностях.
8. Поиск рациональных путей, средств и способов достижения цели.
9. Умение адекватно оценивать себя и объективную управленческую ситуацию.

Практический блок. Групповая работа

Задание 1. Моделирование ситуаций делового взаимодействия

Порядок работы:

Студенты разбиваются на подгруппы по 3 человека. Двое из участников являются непосредственными исполнителями задания, одни – наблюдателем. Для решения каждой ситуации предпринимаются две попытки с промежуточным обсуждением результатов и сменой ролей.

Обучающимся необходимо выполнить поставленную задачу, проанализировать сложившуюся ситуацию делового взаимодействия, обсудить получившиеся результаты и сформулировать ключевые правила делового взаимодействия в заданных условиях.

Примерная схема для анализа:

1. Оценка результата и вклад каждого из участников. Что вы сделали? Как Вам это помогло получить то, что Вы хотели?
2. Какие трудности возникали и как участники с ними справлялись?
3. Чтобы Вы могли сделать по-другому, чтобы это было полезным для Вас?
4. Что Вы будете делать дальше?

Ситуация 1. «СПИЧКИ»

Моделирование ситуации делового взаимодействия, при которой один из участников обладает меньшей информацией (ресурсами), чем другой, образ требуемого результата работы у

каждого из партнеров на начало делового взаимодействия свой (типичная проблема в системе «руководитель-подчиненный»).

Роли: руководитель, подчиненный, наблюдатель.

Задание: сложить некий узор из спичек, представленный на рисунке. При этом подчиненный не видит рисунка. Руководитель не может называть предметы, геометрические фигуры и пр., но должен говорить следующим образом: «Положи спичку вертикально, горизонтально, под углом 45 градусов и т.д.». При первой попытке руководитель и подчиненный поворачиваются спиной друг к другу. Подчиненный не может задавать вопросы. При второй попытке руководитель и подчиненный поворачиваются спиной друг к другу, но подчиненный может задавать уточняющие вопросы.

Планируемый результат: правила выстраивания делового взаимодействия для руководителя, для подчиненного.

Ситуация 2. «СБОРКА ИЗДЕЛИЯ»

Моделирование ситуации, когда необходимо слаженная работа разных специалистов, обладающих различными компетенциями, ресурсами, возможностями, профессиональным видением проблемы.

Роли: специалист 1 – имеет право работать с инструкцией к изделию, но не может непосредственно осуществлять сборочные работы; специалист 2 – при помощи коллеги с закрытыми глазами собирает изделие, не имеет права знакомиться с инструкцией, наблюдатель.

Задание: участникам необходимо собрать заданное изделие, инструкция для сборки прилагается.

Планируемый результат: правила выстраивания делового взаимодействия в условиях «неравного партнерства».

Ситуация 3. «РАЗРЕЗНЫЕ КАРТИНКИ»

Моделирование ситуации, когда способ достижения требуемого результата неизвестен ни одному из членов команды, для получения результата в установленные сроки требуется командная работа, при этом условия работы могут складываться неблагоприятно.

Роли: игрок 1, игрок 2, наблюдатель. В первый раз оба партнера имеют равные права и возможности, при второй попытке один из участников работает с закрытыми глазами.

Задание: игрокам необходимо в указанное время собрать 12 разрезанных на части квадратов.

Временное ограничение: выбирается самими участниками после предъявления задания, рекомендуемое время для выполнения первой попытки – 15-20 мин., для второй попытки – 20-25 мин.

Планируемый результат: правила выстраивания делового взаимодействия в команде (при благоприятных и объективно неблагоприятных условиях).

При выполнении задания **помните** о правилах обратной связи.
ВАЖНО! Обратная связь должна быть динамичной и конструктивной!

Задание 2. Групповое обсуждение результатов работы. Выработка общего алгоритма делового взаимодействия

Команды представляют результаты своей работы. Проводится обсуждение позиций участников о значимости мотивации работников, обратной связи, правилах инструктажа, специфики организации индивидуальной и командной работы.

В ходе группового обсуждения формируется список основных правил делового взаимодействия для указанных типов ситуаций.

Итогом обсуждения является выработка общего алгоритма межличностного взаимодействия при решении профессиональных задач.

Рефлексия, обратная связь, подведение выводов по работе

Занятие - игра "На что потратить жизнь?"

Цели занятия:

1. *Сформулировать собственные жизненные ценности.*
2. *Объяснить, как эти ценности влияют на вашу жизнь.*
3. *Задуматься о важности определения основополагающих для выбора жизненной стратегии жизненных ценностей.*

Материалы:

- по 10 жетонов для каждого участника
 - карточки с названиями ценностей
 - CD – проектор
 - компьютер
 - слайд-шоу презентация “Жизненные ценности”.
- (Презентация)

*Есть ценности, которым нет цены –
Клочок бумаги с пушкинским рисунком,
Учебник первый в первой школьной сумке,
И письма не вернувшихся с войны.*

“Без ценностей человек уносится потоком, как дерево в бушующих водах моря” О. Винсент Думинуко (итальянский философ)

Сегодня речь пойдет о человеческом характере и о его влиянии на все стороны нашей жизни. Но прежде, чем мы приступим к изучению этой темы, хотелось бы задать вопрос:

*-“Как дорого нужно заплатить, чтобы купить вас”?
Иначе говоря: “На что бы вы променяли свою жизнь”?*

Сегодня мы проведем игру, которая называется
“На что потратить жизнь?”

Она поможет каждому ответить на поставленный вопрос.

- Перед началом игры каждый из вас получит по **десять жетонов**, попрошу подписать их.
- Напишите качества присущие только вам.
- Каждый жетон представляет собой частицу вас самих - одну десятую долю вашего времени, энергии, средств, интересов, индивидуальности.

- На время игры эти 10 жетонов будут равноценны сумме тех качеств и возможностей, из которых складывается ваша личность.

Не потеряйте их!

(Раздайте каждому учащемуся жетоны. Заранее заготовьте достаточное количество карточек с названиями ценностей.)

- Когда мы начнем игру, перед вами встанет выбор: **“потратить”** жетоны или **“сэкономить”**.
- На продажу будут выставляться сразу **по две вещи**.
- Вы вправе выбрать **любую из них или никакую**, но только **не обе сразу**.
- **Купить каждую вещь можно только в тот момент, когда она выставлена на продажу.**
- **Переход к следующей паре означает, что предыдущая окончательно снята с “торгов”.**
- **Если жетоны закончатся, вы уже ничего не сможете купить.**

Готовы?

Итак, предлагаю сделать выбор, первая пара ценностей.
(презентация):

1. а) Хорошая просторная квартира либо дом. (1 жетон)

б) Новый спортивный автомобиль. (1 жетон)

Кто желает приобрести один из двух предложенных “товаров”?
*(Покажите классу слайды с названиями двух первых “товаров”.
Помощник обменивает жетоны у тех, кто захотел сделать
покупку на соответствующую карточку с названием
приобретенной ценности.)*

Следующая пара:

**2. а) Полностью оплаченный отдых в течение месяца в любой
точке земного шара для вас и вашего лучшего друга. (2
жетона)**

**б) Полная гарантия того, что девушка (юноша), на которой
вы мечтаете жениться (за которого мечтаете выйти замуж),
действительно в недалеком будущем станет вашей женой
(вашим мужем). (2 жетона)**

Затем:

**3. а) Самая большая популярность в кругу знакомых в
течение двух лет. (1 жетон)**

б) Один настоящий друг. (2 жетона)

Следующая пара:

4. а) Хорошее образование. (2 жетона)

б) Предприятие, приносящее большую прибыль. (2 жетона)

Далее:

5. а) Здоровая семья. (2 жетона)

б) Всемирная слава. (3 жетона)

Тем, кто выбрал **здоровую семью**, предназначена награда -
два лишних жетона. **ДВА ЖЕТОНА!!!**

Потом:

6. а) Изменить любую черту своей внешности. (1 жетон)

б) Быть всю жизнь довольным собой. (2 жетона)

Дальше:

7. а) Пять лет ничем не нарушаемого физического наслаждения. (2 жетона)

б) Уважение и любовь к вам тех, кого вы больше всего цените. (2 жетона)

Те, кто выбрал 5 лет наслаждения, должны заплатить еще один жетон, если у вас они еще остались. Ведь в жизни есть вещи, за которые нам порой приходится платить дороже, чем мы думали.

Следующая пара:

8. а) Чистая совесть. (2 жетона)

б) Умение добиваться успеха во всем, чего бы вы ни пожелали. (2 жетона)

Затем:

9. а) Чудо, совершенное ради человека, которого вы любите. (2 жетона)

б) Возможность заново пережить (повторить) любое 1 событие прошлого. (2 жетона)

И, наконец:

10. а) Семь дополнительных лет жизни. (3 жетона)

б) Безболезненная смерть, когда придет время. (3 жетона)

Больше покупок делать нельзя. Если вы израсходовали не все жетоны, они пропадают.

Обсуждение игры

Я предлагаю вам в течение следующих пяти минут разбившись на группы по три-пять человек обсудить свои покупки и ответить на следующие вопросы:

1. Какой покупкой вы более всего довольны?

2. Пришлось ли вам пожалеть о том, что вы чего-то не приобрели?

3. Хотели бы вы что-нибудь изменить в правилах игры?"

Вероятнее всего, вы услышите от ребят следующие предложения:

- “Прежде, чем что-то покупать, надо узнать, что еще будет продаваться”;

- “Я хотел бы, чтобы можно было обменять ранее купленную вещь на любую другую, объявленную позже”;

- “Нужно, чтобы перед началом игры нам выдали побольше жетонов”.

- Спросите учащихся, не считают ли они, что игра от этого станет более интересной.
- Помогите учащимся увидеть связь между выбором покупок и определенными личностными качествами.
- *Например, ты отдал жетон за изменение внешности - значит, ты придаешь большое значение тому, что думают о тебе окружающие.*
- *Если предпочел быть довольным собой - значит, больше ценишь свое мнение о себе.)*

Большинство ваших предложений действительно разумно и правильно. Но проблема заключается в том, что в жизни так не бывает.

Нельзя дважды сделать один и тот же выбор, как невозможно “отменить” последствия ранее принятого решения.

Нельзя добиться всего сразу или воспользоваться сразу всеми возможностями.

Мы не знаем заранее, из чего придется выбирать в будущем. Всегда будут ограничены время, силы, выбор возможностей, деньги, интерес.

За все, что вы для себя изберете, придется платить какую-то цену, и во многих случаях цена окажется выше, чем вы предполагали.

Сегодня это была всего лишь игра. Но то, как мы расходуем свои время, силы и возможности в реальной жизни, позволяет достаточно верно судить о наших подлинных ценностях.

Самостоятельная работа **ИНТЕРВЬЮ**

-Сейчас предлагаю вам разбиться на пары и провести интервью: один из вас будет выполнять роль репортера, другой – интервьюируемого.

-При этом нужно представить, что вы берете интервью у очень пожилого человека (80 – 90 лет), и, несмотря на это, он имеет абсолютно нормальное мышление.

(Учащиеся садятся парами и по очереди берут интервью друг друга. Репортеры делают краткие записи, чтобы дать отчет.) **10 минут.**

Примерные вопросы:

- *Что было самым важным в жизни?*
- *Какое личное качество больше всего помогало вам в трудных ситуациях?*
- *Что помогало и что препятствовало созданию близких взаимоотношений с другими людьми?*
- *Что вы сделали для своей семьи?*

Учащиеся по желанию самостоятельно могут добавить в это интервью еще несколько вопросов.

Групповое обсуждение

Вы провели интервью, а теперь давайте все вместе обсудим следующие вопросы.

- *Каковы же те цели, к достижению которых стремится большинство людей, - материальные или духовные они по своей природе?*
- *Находите ли вы какие-либо сходства в ответах на вопросы?*
- *Существует ли какая-либо общность взглядов на вещи, которые наиболее важны и значительны в жизни людей?*

В результате обсуждения, учащиеся приходят к выводу, что, несмотря на то, что у разных людей разные взгляды на жизнь, главные ценности человеческой жизни имеют духовный смысл. Например, создание семьи, воспитание детей, благополучие родных.

Заключительная часть занятия

-Ребята, вспомните, какие “ценные вещи” вы выбрали сегодня из предложенных в ходе игры.

-Кто-то из вас, наверное, может поздравить себя и сказать: “Я отдал жизнь не даром: я сделал правильный выбор и приобрел то, что действительно ценно”.

-Другой, возможно, с сожалением, осознал, что потратил жизнь совсем не на то.

-Некто пожалеет, что поспешил израсходовать себя либо, наоборот, слишком долго выжидал и что-то упустил.

-И многие наверняка подумали: “Вот бы повторить игру! Тогда я повел бы себя гораздо осмотрительнее, умнее”.

И если вы сейчас действительно о чем-либо сожалеете, могу вас обрадовать: у вас есть прекрасная возможность сделать правильный выбор - и не в нашей игре, а в реальной жизни! Когда придет время решать, чему себя посвятить, прошу вас помнить об одном: не продавайте свою жизнь дешево. Она, скорее всего, стоит значительно дороже, чем вы думаете!

Домашнее задание «Заполни таблицу»

Мои ценности	Мои смыслы	Мои потребности	Мои цели	Мои задачи
1				
2				
3				
4				
5				

Подведение итогов

- 1. Что вы узнали о своих жизненных ценностях благодаря игре?*
- 2. Что, по-вашему, люди ценят из того, что для вас не представляет интерес?*

3. *Какие из ваших ценностей, на ваш взгляд, не являются ценностями для других?*

4. *Все ли люди исповедуют одинаковые ценности?*

(Ответ: Милтон Роукич считает, что да. Однако точнее было бы сказать, что всех людей объединяет один и тот же комплекс основных ценностей с очень небольшими различиями (этот комплекс может быть дополнен лишь несколькими другими ценностями).

5. *В чем больше всего проявляется влияние ценностей на жизнь человека?*

(В иерархии ценностей, т. е. в порядке их распределения по важности. Например, каждый из нас в той или иной степени ценит свободу. Если, однако, “жизнь в мире и согласии с окружающим” для вас важнее, чем свобода, вы согласитесь на рабство (на потерю свободы), лишь бы обрести мир и согласие. Иными словами, именно приоритет той или иной ценности по отношению к другим сильнее всего влияет на нашу жизнь и на жизнь окружающих.)

*Кто-то из великих сказал,
что «Дети не готовятся жить,
они уже живут».
Поэтому важно не только
формировать
жизненные ценности,
личностные качества, но и создать
условия для расширения социальных
контактов,
проб – как деятельностью
единицы взросления.*

Используемая литература

1. Составитель Хаткевич О.А. Переходный возраст. – Минск: Изд. ООО “Красико - принт”, 2003
2. И.С. Артюхова. Воспитательная работа с подростками: занятия, игры, тесты. – Москва: Изд. “Первое сентября”, 2003

Можно использовать список ценностей из теста Шварца:

1. Равенство
2. Внутренняя гармония
3. Власть
4. Удовольствие
5. Свобода
6. Духовная жизнь
7. Чувство общности
8. Стабильность общества
9. Интересная жизнь
10. Смысл жизни
11. Вежливость
12. Богатство
13. Безопасность нации
14. Чувство собственного достоинства
15. Взаимность в отношениях с людьми
16. Творчество
17. Мир во всем мире
18. Уважение традиций
19. Зрелая любовь
20. Самоограничение
21. Равнодушие к мирским заботам
22. Безопасность семьи и близких людей
23. Общественное признание
24. Единение с природой
25. Новизна
26. Мудрость
27. Авторитет
28. Настоящая дружба
29. Мир красоты
30. Социальная справедливость

<p>Хорошая просторная квартира либо дом.</p> <p>(1 жетон)</p>	<p>Новый спортивный автомобиль.</p> <p>(1 жетон)</p>
<p>Полностью оплаченный отдых в течение месяца в любой точке земного шара для вас и вашего лучшего друга.</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Полная гарантия того, что девушка (юноша), на которой вы мечтаете жениться (за которого мечтаете выйти замуж), действительно в недалеком будущем станет вашей женой (вашим мужем).</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Самая большая популярность в кругу знакомых в течение двух лет.</p> <p>(1 жетон)</p>	<p>Один настоящий друг.</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Хорошее образование</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Предприятие, приносящее большую прибыль</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Здоровая семья</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Всемирная слава</p> <p>(3 жетона)</p>

<p>Изменить любую черту своей внешности</p> <p>(1 жетона)</p>	<p>Быть всю жизнь довольным собой.</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Пять лет ничем не нарушаемого физического наслаждения.</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Уважение и любовь к вам тех, кого вы больше всего цените.</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Чистая совесть.</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Умение добиваться успеха во всем, чего бы вы ни пожелали.</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Чудо, совершенное ради человека, которого вы любите.</p> <p>(2 жетона)</p>	<p>Возможность заново пережить (повторить) любое 1 событие прошлого.</p> <p>(2 жетона)</p>
<p>Семь дополнительных лет жизни.</p>	<p>Безболезненная смерть, когда придет время.</p> <p>(3 жетона)</p>

(3 жетона)	
-------------------	--

Фото-материалы



Мероприятие в школе



Классный час для студентов 1 курса



Заседание творческой группы